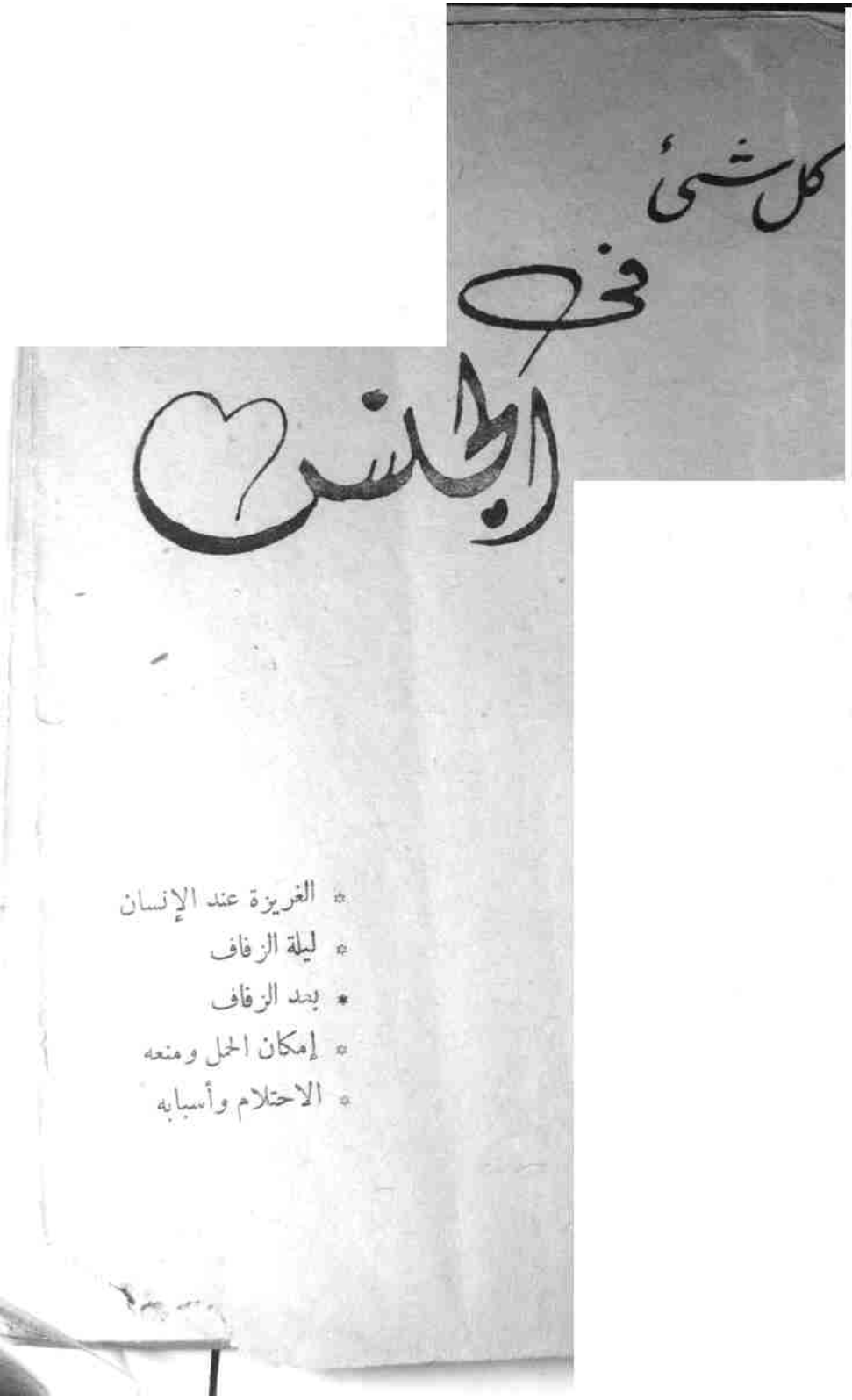
كل شئ في الجنس

كل شئ في الجنس

كتاب شامل «جمع من عدة كتب وبحوث
لكبار الأطباء وعلماء النفس في العالم
في أسلوب سهل مبسط مهذب
يشمل كل شئ في الجنس للرجل
والمرأة .
ابتداء من الطفولة إلى المراهقة
إلى الشباب إلى الشيخوخة

الناشر
مكتبة شوقي
حديقة الأزبكية - القاهرة

١٠ ج


كل شئ
في
الجنس
* الغريزة عند الإنسان
* ليلة الزفاف
* بعد الزفاف
* إمكان الحمل ومنعه
* الاحتلام وأسبابه

## الفصـــل الأول

### الغريزة فى الإنسان

« الجنس » غريزة فى الإنسان مثل غيرها من الغرائز التى تتحكم به والتى أهمها الأكل ، والنوم ، وكل هذه الغرائز تهدف إلى غاية واحدة هى بقاء حياة الإنسان على الأرض .

إن غريزة « الجنس » قد تصنف فى الدرجة الثانية بعد غريزة « حب البقاء » التى تحتل الدرجة الأولى فى حياتنا ، وليس معنى هذا أنها ضعيفة السيطرة علينا ، كلا ، بل هى تأتى بعد غريزة « حب البقاء » مباشرة . . . فمتى شبع الجائع — وهذه غريزة حب البقاء — ثارت فيه غريزة « الجنس » وطلبت إليه تلبيتها . لأنه ما دام قد وجد الشبع والرى ، فمن الواجب بعدهما أن يوجد النسل ، والنسل لا يوجد بغير قيام « الغريزة الجنسية » بواجبها .

يقول الدكتور العالم « وليم فيلدنج » أن أساس الحياة والصحة والسعادة شديد الصلة بالجنس ، ولم يذهب بعيداً عن الحقيقة أولئك الذين قالوا : إن الجنس هو الرابطة التى تجمع الحياة كلها !

فعندما يكون الشخص ضعيفاً جنسياً ، أو ناقص النمو فهو لا يستطيع إرضاء غريزته الجنسية والقيام بدوره فى الحياة — وهو انجاب الذرية — ولا يمكنه بالتالى أن يعيش حياة صحية سعيدة !

وعلى هذا يقودنا البحث إلى القول : إن فهم الجنس ضرورى لفهم

ترجع إلى عوامل « الجنس » ولذا قيل : إن شخص الإنسان صورة انعكست عليها غريزته الجنسية . . . فالانسان الهادىء فى عواطفه والمتزن فى ميوله الجنسى إنسان سعيد، والإنسان القلق فى حياته العاطفية والجائع فى غريزته الجنسية — أو المضطر فى أروائها — يعيش على حساب صحته وأعصابه !

والجنس كغريزة فطرية فى الإنسان تتأثر مثل غيرها من الغرائز بعوامل عديدة من إجتماعية واقتصادية وصحية وغيرها ، والإنسان العاقل المتزن هو الذى يكيف غرائزه بحسب عوامل حياته وظروفها ، وهذا « التكييف » لا يتم — وبصورة خاصة فى غريزة الجنس — وإذا لم يقم على أساس قوى من العلم الصحيح والمعرفة الكاملة للأدوات والأجهزة التى تتصل بالجنس ، وهذا ما نحب أن نقدمه للقارىء فى أسلوب سهل موجز يكفيه عن المطولات والبحوث الغامضة التى تقوده إلى صحراء شاسعة لا يهتدى فيها إلى سبيل للنجاة ! .

## متى تظهر الغريزة الجنسية

يقول الدكتور « ادوار كيمن » : إن نمو شخصية الإنسان تتم فى سبع مراحل فى كل منها يطرأ تطور محسوس على « الغريزة الجنسية يترك فى تصرفات الشخص أثرا ثابتا ، ويمكن ترتيب هذه المراحل كما يلى:

قبل الولادة ، من الولادة إلى السنة الثالثة بعدها ، من سن الثالثة إلى العاشرة ، من سن العاشرة إلى السابعة عشرة ، من السابعة عشرة إلى الثانية والعشرين ، من الثانية والعشرين إلى الخامسة والأربعين ، من الخامسة والأربعين إلى الوفاة .



لقد كان يظن فى الماضى أن الطفل لا يتمتع بغريزة جنسية ظاهرة ، ولكن الأبحاث أثبتت أن « الغريزة » الجنسية تبدأ فى التكوين قبل أن يبدأ الشعور بها فى الأعضاء الجنسية ، أو يمكن التأكد من ذلك بإثارة هذه الغريزة بالمصاصة فى دور الرضاعة .

فمن المرحلة الأولى إلى الثالثة تكون « غريزة » الطفل متجهة إلى شخص ثم تنتقل إلى أقرب شخص اليه مثل والدته أو مربيته وتبقى كذلك إلى مرحلة البلوغ فتتحول إلى شخص خارج العائلة ولا يكون الشعور الجنسى مركزا فى أعضاء مخصوصة، ولكن بإقتراب مرحلة البلوغ يبدأ بالتركيز فى الأعضاء الجنسية .

وفى المرحلة الرابعة تحدث تغييرات واضحة فى جسم كل من الفتى والفتاة ، كظهور الشعر فى وجه الأول وبدء الحيض عند الثانية ، كما تحدث عوارض نفسية عديدة .

وفى المرحلة الخامسة يسير الجسم إلى الاكتمال والغريزة الجنسية نحو الشدة والعنف .

وفى المرحلة السادسة يتم النضج الجثمانى وتبلغ الغريزة ذروة قوتها ونشاطها .

وفى المرحلة السابعة يدخل الجسم فى مرحلة جديدة هى مرحلة التحضير لسن الكهولة فسن الشيخوخة ولكل فترة من هذه الفترات مظاهرها التى تبدو بتقدم السن . ومن الناحية الجنسية يأخذ الرجل فى السير بخطوات سريعة حتى ينتهى إلى العجز الكامل . وتبدأ هذه المرحلة على الأكثر فى سن الستين »

## غريزة الجنس عند المرأة

إن غريزة الجنس عند الرجل أقوى منها فى المرأة ، والسبب أن الطبيعة التى خصتها بدور الأمومة جعلت فيها سيطرة قوية على رغبتها القوية فى الاتصال الجنسى ومع ذلك فيمكن القول بأن رغبة المرأة الجنسية ومشاعرها متنوعة أكثر من تنوعها فى الرجل ولديها وسائل عديدة للتعبير عنها . وهذا الحكم لايحق تطبيقه على كل إمرأة ! فهناك نساء يتمتعن بشهوة عنيفة حادة وهناك فتيات تستيقظ غريزتهن الجنسية فى وقت مبكر بينما توجد فتيات لايشعرن بأية رغبة جنسية فى قبل بلوغ السنة الخامسة والعشرين من عمرهن !

ولطريقة المعيشة تأثير كبير فى قوة الغريزة الجنسية أو ضعفها ، فالمرأة التى تعيش فى المدينة لديها أسباب كثيرة تبعث على التهيج والاثارة بينما المرأة التى تعيش فى القرية لاتجد هذه الأسباب ، كما أن الطعام المؤلف من اللحوم يساعد على إثارة الأعضاء الجنسية أكثر من الطعام المعتمد فى تركيبه على النباتات .

والغريزة الجنسية تقوى لدى المرأة قبل العادة الشهرية وبعدها ومن المعروف أن الرغبة الجنسية لاتنتهى بانتهاء دور الاخصاب — الحمل والولادة — لدى المرأة بل تبقى .

ومن النساء من لايشعرن بميل جنسى شديد خلال الأعوام الأولى من حياتهن الزوجية وقد تمر أعوام عدة قبل أن يتعلمن ويتدربن على الانتعاش الجنسى ، بعكس الرجال فان غريزتهن تستيقظ بدون تدريب أو تعليم .



## الفصل الثـــانى

## ليـــلة الزفاف

من المهم أن بدء الحياة الجنسية مع عروسه الصغيرة ليس أمرا سهلا فهو يحتاج إلى الروية والنصح وسيلقى الفتى منها مقاومتين : مقاومة نفسية « هى الخوف ومقاومة بدنية » هى البكارة » .

أما المقاومة النفسية فلاتخلوا منها فتاة مهما بلغ حبها من الشدة لعروسها ومهما كانت ثقتها به ومهما بلغت معلوماتها النظرية عن أمور الزواج فالمقاومة موجودة بالفطرة ولو اخفتها عن عروسها .

ويمكن تمثيل ذلك بمقارنة الفتاة العذراء بانثى صغيرة قريبة من البشر لم تسبق لها معرفة ذكر من فصيلتها ففى هذه الحال ترى أن التردد والمقاومة أمران أساسيان وقد تشتهى الفتاة الجماع فاذا كانت لم تجربه أختلف سلوكها كثيرا عن سلوك من عرفته وجربته . .

والمرأة المجربة تحاول التهرب من الذكر أثناء مطاردتها له لتزيده ولعاً بها وتشوقا اليها ولتزيد وقت متعتها الخاصة أما الصبيات المحدثات فيظهران أعراضا شديدة الإختلاف فمحاولاتهن فى التهرب ليست لهوا يقصدن به زيادة افتتان الرجل بهن وحركاتهن وتعبيراتهن تكشف معركة عميقة بين الرغبة فى الإستسلام والإتحاد وبين الخجل والخوف الطبيعى والغالب أن الرغبة لاتعقب الخوف إلا بمنتهى والصعوبة البطء وهذا مجرد خوف موجود عند العذراء من الألم الذى تتوقعه عند تمزيق

غشاء البكارة والخوف الشديد فى الفتاة الجاهلة التى لاتعرف شيئا أبدا عن الجماع أو غشاء البكارة . . .

وهذا الخوف الطبيعى يخفى مقاومة لاتدركها الفتاة وله معان وأسباب وأسباب اعمق من الخوف من آلام بدنية عابرة . . فان إزالة البكارة ومعناه الانتقال من حال إلى حال وبدء فصل جديد من أهم فصول الحياة النسوية ومن أهم الحوادث فى حياتها وهو حادث فريد ، فهو الترحيب بالاعمال الحسية النشيطة ونتائجها وواجباتها وأخطارها .

وعلى أى حال سواء كان هذا الخوف الحائر غير إرادى أو غير شعورى أو إذا كان شعوريا فهو شىء يجب إدراكه واحترامه . .

وليس معنى هذا أن يقابل الفتى العروس بالخضوع أو العطف المفرط المنطوى على الغباوة والحماقة والضعف ، أوالشفقة فى غير موضعها ولكن يجب عليه إظهار رقة المعاملة ودقة التقدير وعليهما تتوقف كثيرا سعادة عروسه وسعادته ـ فطريق الزوج تمدده ليلة الزفاف .

والعقبة البدنية التى يلقاها لفتى هى غشاء العذراء وحده إذ يجب إلا يلقى من عروسه معارك دفاعية وحركات اشمئزاز ونفور أوخذين ملتصقين لاتباعدان فاذا ظهرت هذه الأعراض فانها تدل على أن العروس لم تستعد استعدادا نفسيا كاملا . وإنها يجب أن تدلل حتى تذلل مقاومتها ويجب ألا يحاول الفتى مطلقا تمزيق الغشاء حتى يرى من عروسه استعدادا كاملا بعد تذليل مقاومتها ولذا يقول الدكتور بلزاك . « يجب الا تبدأ زواجك بحادث اغتصاب » واعتقد أنه لو حدث الاغتصاب لانتقم الزواج لنفسه انتقاما يدوم سنوات كثيرة .



وتقول الأطباء يجب أن تتقدم إلى الأمام مشفقا حذرا بغاية الحكمة والتعقل ولا تضغط ضغطا عنيفا مندفعا لتتغلب على المقاومة المرتعشة التى تتلقاها من حاجز العذراء تعلم كيف تضبط جماح رغبتك القوية وإذا كانت الصعوبة كبيرة فلا تتردد فى أرجاء حق الدخول إلى الليلة التالية أو الليلة الثالثة .

## الأعضاء التناسلية عند الرجل

يوجد السائل المنوى فى الخصيتين وهما عضوان بيضاويا الشكل يوجدان فى كيس يسمى ( الصفن ) وينتقل السائل المنوى من الخصيتين بواسطة القناتين الناقلتين إلى الحويصلين حيث يقيم هناك حتى موعد استعماله .

مقطع للعضو التناسلى المذكر

وعند حدوث الإتصال الجنسى وتحت تأثير الاحتكاك يترك السائل المنوى الحويصلتين بواسطة قنوات الافراز إلى قناة أخرى هى مجرى البول التى تقذف به إلى الخارج . والعضو الذى ترافقه قناة البول حتى آخره يسمى ( القضيب ) وهو الذى يحمل السائل المنوى ويدفع به إلى ملاقاة البويضة . وهو مملوء بالاجسام التجويفية وفيه النسيج الاسفنجى الذى ينتفخ باندفاع الدم اليه . وينتهى القضيب بقطعة لحمية تسمى (الحشفة) وهى مغطاة بثنية من الجلد تدعى (الغلفة) وقد جرت العادة عند الشرقيين باستئصالها وهى من حيث الطب ذات فائدة صحية هذا بالإضافة إلى أنها تزيد من اللذة والاحتكاك .

ويضاف إلى هذا الجهاز التناسلى بعض الغدد التى تفرز سوائل عدة مهمتها تشحيم قناة مجرى البول أو تسهيل افراز السائل المنوى ودفعه للخارج.

## الأعضاء التناسلية عند المرأة

يتألف جهاز المرأة التناسلى من العانة وتسمى ( جبل الزهرة ) وهو فى أسفل البطن والموضع الذى ينبت فيه الشعر وقت البلوغ ، ثم الشفران الكبيران وهما ثنيتان جلديتان تمتدان من الخط الفاصل للاعضاء الداخلية فى الجهاز حتى الزهرة ، وهما بحكم وضعهما يحميان أعضاء الجهاز الداخلية وداخل الشفرين الكبيرين يوجد شفران صغيران أقل صلابة من الشفرين الكبيرين يطوقان مدخل الجهاز التناسلى ، ويأتى بعد ذلك ( البظر ) الذى يقع فى النهاية الخلفية للشفرين الكبيرين ويشبه القضيب



عند الرجل وهو مركز الحساسية عند المرأة ويختلف عن القضيب بصغر حجمه وخلوه من أى قناة .

الأعضاء التناسلية لدى الفتاة البكر

ويتألف الجهاز من قناة تسمى المهبل لها فتحة تقع فى أسفل الجهاز ويتجه المهبل حتى عنق الرحم وطوله يتراوح بين ثمانية وعشرة سنتيمترات وبواسطة المهبل تخرج دماء الطمث (الحيض) وهو الذى يستقبل القضيب عند الجماع وعن طريق المهبل يخرج الطفل عند الولادة . وفى نهايته يقع الرحم وهو عضو أجوف مركزه فى الحوض . وفيه تنمو البويضة عند حدوث التقليح ولذا نراه يكبر من الجنين . وتمتد من أعلى الرحم قناة تدخل بواسطتها الحيوانيات المنوية لتقليح البويضة . ويجب أن يعلم القارىء أن أعمال هذه الأعضاء التناسلية كلها خارجة عن الارادة ثم هناك الثديان وهما عضوا التغذية للطفل ويجب اعتبارهما من الأعضاء المتممة للجهاز التناسلى فى المرأة نظراً لما لها من التأثير الكبير إثارة

المرأة الجنسية وتأجيج الرغبة لمجرد لمس حلمتى الثديين وأثناء الجماع بين الذكر والانثى .

## لماذا لم ينور أمامى الطريق

لست أعلم أن يكون الزواج هكذا الزواج ؟ لماذا لم ينور أمامى الطريق ؟ . . هذه بعض الجمل التى قد يسمعها الإنسان على لسان أحد الزوجين بعد مضى تجارب شهر العسل ومرور فترة يسيرة على الزواج . ان الجهل والندم المشاهد عقب الزواج عند عدد كبير من المتزوجين المتزوجات يثبت لنا ما نحن عليه من إهمال تعليم الشباب الشيء الكثير من الثقافة الجنسية ومنها مايجب عليه معرفته عن الجماع وأحواله وتأثيره. لكن مع الأسف نعلم أن علماء النفس فى حاجة إلى بحث هذه المسألة الغامضة أن يصعب عليهم للان معرفة كنهها وما يحيط بها من غموض وأسرار وأوهام وإبهام وفقدان الشجاعة الكافية . اللازمة للكاتبة عنها فى النور لا فى الظلام .

إننا على يقين من أنه لو ثقف بمعلومات جنسية كافية قبل الزواج لما حصل اختيار كثير من الأزواج لزوجاتهم أو الزوجات لأزواجهن ممن تزوجوا الآن وليتيسر لكل منهما اجتناب بعض مايلاقيه من تعب وشقاء واختلاف متباين فى المعيشة الزوجية . أن هذا التعليم يرشدهم إلى طريقة حسن الاختيار أو إلى العدول عنه — والمفروض أنه فى أوائل عهد الزواج يحتاج كل من الزوجين إلى العدول عنه — والمفروض أنه فى أوائل عهد الزواج يحتاج كل من الزوجين إلى فهم رفيقه فى الحياة



لبناء معيشة المستقبل . وإن مقتضيات هذه الحياة تفرض على كل من الرجل والمرأة أن يدرس أخلاق زميله بما يجعله على أتم استعداد للتفاهم والتبسط لمسايرة الحياة .

لقد أوضحنا فى فصولنا السابقة وظيفة الأعضاء التناسلية الرجل والمرأة . وكذا كيفية حصول الحمل وملاقاة الحيوان المنوى بالبويضة وتلقيحه إياها . كنتيجة طبيعية لعملية الجماع . فكل ما يحصل فى هذه العملية هو ولوج القضيب المنتصب إلى داخل المهبل وتفريغ سائل المنية فيه . وهذا العمل يعد الفرصة للملايين من الحيوانات المنوية للانتشار فى الرحم والبوقين والبحث عن البويضة وملاقاتها .

إن هذا الايلاج لايتأتى إلا والقضيب فى حالة الانتصاب . أما إذا كان فى حالة ارتخاء فلا يمكن إيلاجه إلى داخل المهبل إطلاقا . إن حالة الانتصاب لا تأتى إلا بعد تهيجات طبيعية ومهيئات لها . فيفهم من ذلك أن على المرأة نصيبا فى هذه المسألة وهى إشعال الرغبة التناسلية بكل معانيها عند الرجل واستعمال ما امتازت به من مغريات لتضاعف هذه الرغبة عنده لتسهل عليه الشروع فى الجماع .

حقيقة أن الشباب ومن هم فى مستهل العمر قد يأتون الجماع دون رغبة فيه ولا لذة بل لإزالة الضغط عن الخصيتين وتحسين حالتهم النفسية ولكن نسبة هؤلاء قليلة فى المجتمع . والمعروف أن اشتعال الرغبة فى الوقاع وتحريض الشهوة من الأسباب الجوهرية فى حصول الانتصاب والجماع .

إن كلا من التفكير وإجالة العقل النظرى فى امرأة جميلة . كذا قراءة قصص الغرام أو الاستماع لموسيقى حسنة موافقة للمزاج . قد يسبب حالة انتصاب ربما يعقبها إنزال عند بعض الناس .

إن إدخال القضيب فى المهبل يعقبه إنزال . ولكن لاننسى أنه قد يحدث الإنزال دون اللذة كما قد يشعر باللذه دون تعقب بالإنزال . ويغلب حدوث ذلك إذا توالت مرات الوقاع وتقاربت حيث تنضب المنية . أو بعد تكرار الخضخضة بزمن يسير أو عند الأولاد الذين لم يبلغوا الحلم . حيث لم يتكون سائل المنية عندهم بعد .



## الفصـــل الثالث

## ما بعد الزواج

اعتقد الناس زمنا ان نصيب المرأة فى مسألة الجماع نصيب سلبى فقد خلقت من قديم الأزل للحمل والولادة وليس فى مقدورها أن تؤثر على الوقاع فى أى وقت وبأية ظروف سواء رغبت أم لم ترغب بدون تحديد زمن الانتهاء منه . وسواء شعرت بشهوة أم لم تشعر . وهذا أيد للرجل صحة اعتقاده الراسخ المتوارث منذ الأزل وصادق على شعوره السابق — وهو أن المرأة حيوان يأتيه الرجل لتوجد له نسلا . يثبت ذلك مانراه فى صورة كتابة عقود الزواج عند مختلف الأديان — وإن اختلفت الصورة فى الصيغة فلا تختلف فى الجوهر . لكن عندما انتشرت الثقافة وحرية الأفكار بين النساء . طلبت المرأة مساواتها بالرجل وصممت على أن لاتكون مجرد مخلوقة لمتعة . من هنا اشتدت واستجدت مشاكل الزوجية وزادت متاعبها . وبدأنا نشعر بقرب تصدعها فالرجل لم يزل ينظر إلى المرأة كمخلوق خلق للذته ولا يهمه حتى وقت الجماع بأن يراعى عواطفها الطبيعية ما دام أرضى شهوته وانتهى من إنزاله . ولذا نرى أن كثيراً من الزوجات يعتبرن الجماع مسألة متممة لقواعد عقد الزواج يقابلنها بفتور . وأحيانا بتكره . ذلك إما لعدم الشعور بالشهوة وإما لما يلاقينه من التعب والمشاق أثناء الحمل والولادة والتربية فيما بعد .

فالحياة الزوجية الراسخ فيها هذا الاعتقاد عند الزوجة ليست بحياة

ولكن هى مأساة من مآسى الوجود . لأن دوام عدم التوافق على هذا النمط له عواقبه . ففى كل مرة يجامع الرجل المرأة يجب عليه أن يحرص على إرضاء شهوتها قدر المستطاع بأن يعطيها نصيبها من اللذة بحيث تأتى شهوتها وإنزالها سوية . عندهذا وبهذا فقط نجد الرضاء والرغبة الحسنة فى المعيشة الزوجية المتبادلة . ولكن المعلوم أن المرأة عادة لايبتدىء دورها فى التهيج إلا بعد تهيج الرجل وتحركه للجماع لذلك ينتهى الرجل من شهوته وانزاله قبل ماتجد المرأة الوقت الكافى لارضاء نفسها . والمعروف عن أنه فى حالة ما ينتهى من الجماع لايمكنه تحريك شهوة المرأة ولا مساعدتها فى الإنزال . ولكن بقليل من التعود قد يرى الرجل نفسه قادراً على تأخير إنزاله حتى تستوفى المرأة لذتها . بهذا ( وليس بسواه ) يمكننا تسوية المسألة وإرضاء المرأة وإيجاد توافق الرغبة .

## شـــهر العسل

تكون فى مخيلة الزوجة فكرة خاطئة . وقد تقع عندها بمنزلة العقيدة عن زوجها بعد مباشرته لأول جماع معها . ويكون لهذه الفكرة معظم التأثير فى مستقبل العلاقات الجنسية والمعاشية بينهما . قد لانبالغ إذا قلنا أنه قد يصعب على الزوج تغيير أو محو هذه الفكرة فى المستقبل . فيحسن به أن يكون على احتراس وحذر عند مباشرة هذا الجماع الأول معها . كما أن السن والثقافة بعض التأثير فى مستقبل هـــذه الحياة عند الزوجة .

فالزوج يعلم أن هناك بكارة يجب إزالتها . ولايخفى عليه ما فى هذا



من ألم وما يعقبه من نزف دم . فايلاج القضيب إلى داخل المهبل يجب أن يكون على مهل وبطريقة مريحة للزوجة وأن يعمل الزوج كل مايستطيعه لتخفيف وقع هذا الألم وإزالة الإضطراب والإنزعاج من النزف . ولا بأس من تكرار القول بأنه يكون غشاء البكاره صلبا ( للظروف التى ذكرناها ) وهذا يحتاج أمره لتدخل الطبيب . وإذا كان النزف غزيرا دلنا على وجود تمزق فى الأنسجة بجوار البكاره وفى مثل هذه الحالة يجب على الزوج مراعاة حالة الزوجة وعدم تكرار الجماع قبل مضى بضعة أيام حتى يشفى الجرح المستحدث من النزف . والأصوب حينئذ المبادره باستشارة الطبيب . ولابأس من التنويه هنا بان عاده أهل الريف فى إزالة البكارة بالأصبع وبالقوه هى أثر من آثار الوحشية عند القدماء وسبب لتعريض الزوجة لمضاعفات فى غنى عنها .

أما من جهة الزوجة فالمعروف عنها أنها عادة تبالغ فى مقدار الألم وتجتهد ما استطاعت فى الهرب من الجماع لتخفى عن زوجها كرها لهذه المسألة بالمرة . وربما كان تأثير هذا الكره — من الزوج وجماعه فى أول أيام الزواج — مالا تقدره الزوجة . أو بعبارة أصح ما لاتفهمه ونرى أن إيجاد التوافق الجنسى بين الزوجين أهم بكثير من الوصول إلى الاتفاق المادى والطبيعى . لسابق الموافقة عليها عند إختيار الواحد منهما للاخر قبل الزواج .

إنه من الضرورى أن يعرف الزوجان بأن الجماع ما هو إلا جزء متمم للحب وليس بأوله ولا بآخره ويجب الاجتهاد لإيجاد التوافق

الجنسى وقت الجماع . فلا يستأثر الرجل بشهوته تاركا زوجته . أو بالعكس فهذا قد يكون له الأثر الفعال فى حالة الزوجة ومستقبلها . ومن الصعوبة بمكان . بعد انقضاء شهر العسل . إيجاد التوافق الجنسى فى كل مرة يجامع الرجل زوجته . فقد يعتقد الرجل أن مسألة الجماع أصبحت مسألة تأدية واجب فقط . مجردة عن الشهوة والرغبة . ولا تدهش إذا رأينا بعض المتاعب فى الحياة الزوجية يكون سببها عدم التوافق فى المزاج الجنسى .

يشاهد دائما أن الرغبة فى الجماع عند النساء فى اختلاف متباين . أحيانا تكون قوية شديدة وأحياناً تكون فاترة هامدة وأحيانا متوسطة . أما الرغبة عند الرجل فهى متوسطة فى معظم الأوقات وعلى أساس ونظام مستقر عنها عند المرأة .

فاذا ما أراد الرجل أن يجامع زوجته فى وقت فتور رغبتها كان نصيبه الرفض وتظهر عليها حينئذ بوادر الكره بسهولة . وكذا يتزايد هذا الكره فى حالة ما إذا كانت درجة شهوتها متزايدة ورأت من الزوج التباطؤ أو الاهمال أو تقديم الأعذار المملة عن إجابة لرغبتها : فجهل الرجل لطبيعة زوجته وشعورها هى أن دورها هو الدور السلبى فى المسألة وعدم إدراكها هى لطبيعة الرجل فى مسألة عجزهن ارضاء رغبتها فى بعض الأوقات — كل هذا يسبب عندها آلاما نفسية . وعجزها عن كبح جماع نفسها الحالة التى هى عليها قد يؤدى إلى وجود الكره ثم التباغض فالتشاجر فالطلاق .

ونجد أحيانا بعض النساء تنتهى بسرعة غريبة ثم تظهر بعدها النفور للرجل والكره والهروب من اتمام الجماع . وهناك بعض آخر عندهن



الجمود والبرود للجماع لا ليجعله يزهد فيه، لأن من مستلزمات طبيعة الرجل أن تقابل رغبته بمثلها أو بمغريات لزيادتها وإلا قد يحصل عنده شبه ارتخاء إذ يصبح زاهداً فى الجماع . وفى كلتا الحالتين يلجأ إلى الزنا أو إلى الخضخضة وفى هذا مافيه من التأثير على المعيشة الزوجيه .

وتجهل المرأة طبيعة الرجل فلا تعرف أن قوته الشهوية محددة وخاصة بعد الإنتهاء من الجماع وأنه يحتاج للراحة وقتا ما ، وكثيرا ما تنظر اليه وهو فى حالة الراحة المستلزمة وهى قد تتجاهل أن هذه الراحة مطلوبة طبيعيا ، على الأخص كلما تقدم فى السن وتقادم عهد الزواج . وحتى فى حالة تكرار الجماع فى الليلة نفسها فلا غنى عن الراحة أولا وأخيراً . فجهل الزوجة لطبيعة الزوج وسوء تقديرها لهذه الطبيعة قد يولد نفورا فى المعيشة الزوجية يتولد عنها احتقار للزوج والسخرية منه وسقوط من عينها ويتسرب اليها الإعتقاد أنه ينظر إلى مركزها وإلى وجودها كمتعة له فحسب . نعم أن هناك عدداً من الرجال عندهم القدرة على الجماع خمس أو ست مرات فى الليلة لسنين عديدة . وهناك عدد منهم القدرة على الجماع اثنتى عشرة ولكن هذا لا يوجد إلا فى حالتى الشذوذ والندرة . فيجب على الزوجة أن تفهم بانه قد لا يكون من حظها دائما زوجا من هؤلاء ، ولتحذر من توليد النفور منها عنده .

## الفصـــل الثالث

### الحمل والعلاقة الجنسية

يعتقد كثير من المؤلفين بوجوب انقطاع كل علاقة جنسية بين المرأة والرجل فى الأشهر الأولى من الحمل ، أما الحقيقة فهى أن الحمل لا يمنع هذه العلاقات ولا خوف على الجنين منها لأنه محاط بغلاف واق ويعوم فى طبقة كثيفة من السوائل . ولكن علم الصحة يفرض احداث الجماع بهدوء وروية منذ أخذ العلم بحدوث التلقيح فى الرحم . ولا يجب الإمتناع نهائيا عن العلاقات الجنسية إلا قبل الوضع بقليل وبعد ستة أسابيع منه . وعندما يحول انتفاخ البطن دون جماع سليم يجب أخذ وضع يمنع احتكاك جسد الرجل ببطن المرأة .

ومن الواجب ترك الخيار للمرأة فى الجماع وقت الحمل حتى لا تتكون عندها فكرة حب الأثرة والأنانية عند الزوج ويجب أن نعاملها بلطف زائد حتى نشعرها بارتياح تام العلاقات الجنسية خوفا من أحداث بعض المتاعب الجسدية لها .

وللعلاقة الجنسية وقت الحمل أهمية قصوى فحرمان الزوج من الاقتراب من جسد امرأته تسعة أشهر أمر لا يستطيع تحمله مهما كان نوع الرجل ، فاذا اضطر لذلك لجأ إلى الهروب والتفتيش عن اللذة فى أجساد



المومسات وبائعات الهوى فى أماكن الدعارة وفى هذا خطر أكيد على العلاقات الزوجية .

ومن الخطأ أن نصدق قول البعض بوجوب قطع العلاقات الجنسية عند الرضاعة ذلك لأن جسد المرأة فى هذه الفترة يتخذ شكلا جذابا مثيرا إذا يمتلىء وتستدير محاسنه وتبرز الأنوثة خلابة وتبدو المرأة من خلال هذه الفترة شهية خاصة وان الثدى يكون قد اتخذ شكلا جديداً مثيراً . . .

إن الثدى الممتلىء يغرى الزوج ويثير فيه كوامن الرغبة العميقة لأنه من المغريات المهمة فى المرأة . وقد قال دى هالز : (أن حرمان المرضعات من كل اتصال جنسى يسبب لهن نقصا فى اللبن) .

وعلى ذلك نرى أن حرمان المرأة والرجل وقت الحمل من لذة الجماع فكرة خاطئة لأن الأعمال الجنسية تتصل باعماق الحياة البشرية وهى تريد أن تجد لها متنفسا يؤمن لها ما تحتاجه من تصريف لما تكبت من شهوة عميقة نحو الجنس الآخر . وكل نصيحة بالافتراق أثناء الحمل أو الرضاع جريمة تدفع المرأة والزوج ثمنها وتكون نهايتها هدم البيت الزوجى السعيد .

### فى سبيل الجمـــاع

أ ـــ قد يكون مدخل المهبـــل ضيقا يعيق ولوج القضيب : ومن الاحتكاك قد تنشأ تسلخات فى فتحة المهبل أو فى القضيب : وهذا لا يجعل للجماع أى لذة وقد يؤدى إلى انزال سريع . فى هذه الحالة ننصح بدهان كل من فتحة المهبل والقضيب بالفازلين أو الجلسرين أو الزيت

وهى مواد مندية غير صعبة الازالة بعد الجماع . والأفضل أن يستعمل الإنسان لعابه كندى وهو سهل الاستحضار وقت الغوزة .

ب — قد تكون القناة المهبلية متسعة التجويف وخصوصاً بعد تكرار الولادة فلا يشعر الإنسان بملامسة جدار المهبل لقضيبه فيرتخى ولا يتم الجماع وان تم فيكون خاليا من كل لذة . هذه حالة لا يمكن علاجها : إنما ينصح باستعمال غسل المهبل بمحلول الشب الدافىء ١ ٪ الأرد بنسبة ضعيفة قبيل الجماع كملطف للحالة .

ج — قد ينشأ عن استعمال القوة الغاشمة مع الجهل لعملية الجماع تمزق فى فتحة المهبل عند إيلاج القضيب فيه فى مرات الجماع الأولى : وقد يشمل التمزيق لجزء من العجان وأحيانا يمتد إلى داخل جدران المهبل نفسه محدثا لألم شديد عند الجماع علاوة على أنه يجعل المرأة عرضة للاصابة بمضاعفات أخرى . إذا جامع الزوج زوجته بعد زمن يسير من الولادة فقد يحدث الجماع تمزق فى الأعضاء لأنها تكون متعبة ولم ترجع لحالتها الطبيعية الأولى . أو قد يعقب الجماع نزف من الرحم نفسه .

د — قد يحدث وجود الامساك الشديد عند الزوجة ألما فى الجماع وفقدان الشعور باللذة :

ه — قد يصاب الرجل بالتهاب حاد فى قناة مجرى البول إذا جامع زوجته وكانت مصابة بالسيلان الأبيض — أو وقت الحيض أو قبيل انتهائه فى حالة وجود التهاب مزمن فى الرحم أو فى عنقة .

قد يصاب القسم الاسفنجى من القضيب بتسليخ مختلف الغور والحجم إذا جامع بقوة وبدون مبالاة — كما قد يحدث من الرجل



السمين — وليس بهذا أى خطار .

روى بعضهم حوادث مروعة ناشئة عن الاجهاد فى الجماع ، خاصة عند كبار السن المصابين بتصلب الشرايين أو بمرض قلبى . فان الجهد الذى يستلزمه الجماع قد يرفع الضغط لدرجة لاتحتملها حالة الشرايين فتنفجر ، وتحدث الوفاة أو الإصابة بالفالج ، وأحيانا يقف قلب الرجل المريض فجأة أثناء الجماع أو قبيل الإنتهاء منه فيموت .

## متى تستحب تغيير الوضع فى الجماع

كلما تقادم عهد الزواج ضعفت اللذة أثناء الجماع ، وأصبحت المسألة مجرد عملية جماعية مملة تؤدى إلى إيجاد النسل . لذلك يحسن تغيير الشكل المعتاد للجماع باختلاف الوضع ، فان هذا يؤثر فى زيادة الرغبة والإغراء فضلا عن ازدياد قوة الشهوة . قرأت فى كثير من الكتب الوصف الوافى لكل وضع جماعى لحالة المرأة لحالة الرجل ، (راجع بعض أجزاء كتاب الف ليلة وليلة ) موضحا بصورة منوعة . واعتقادى أن تغيير الوضع متير للشهوة حقيقة ، لكنه عمل غير مألوف اتيانه بين الزوج وزوجته — لأن مايصح أن يعمل مع عاهرة أو خليلة لايليق عمله مع الزوجة — إذ أن هذا لايخلو من تأثير فى الأخلاق الزوجية — خاصة إذا كان سن الزوج أو الزوجة تجاوز الأربعين — . وعلى العموم يجب ترك أى وضع من الأوضاع الجديدة للجماع إذا حصل منه ألم للزوجة أو للزوج فى أثناء الجماع أو بعده حقيقة أن لوضع الطبيعى للجماع محل ويمكن أن يكون فى

بعض الظروف غير صحى ، وقد يحتاج الإنسان لإبداله بين آن وآخر ، وخوفا من الملل الناشىء عن الجماع بطريقة واحدة وبشكل متكرر .

وتنصح دائما وابدا باجتناب الجماع فى حالة الوقوف أوالجلوس على مقعد مهما كانت الأحوال فقد يسبب ذلك مرضا فى النخاع فضلا عن أنه متعب ومنهك للقوى .

وفى الواقع ونفس الأمر أن كل أمة لها ماهى معتادة من الطرق فى الجماع وخصوصا عند القبائل المتوحشة فكل منها له ماهو مألوف لديه ويحسن أن لايستبدل طريقته بطريق الأمم الأخرى .

## السـغم

السغم ، وعبر عنه بعضهم باسم الجماع المتقطع ، هو أن يجامع الرجل المرأة بسحب القضيب من المهبل قبيل آخر الجماع ليفرغ كبة المنى فى خارج الفرج يحصل ذلك بموافقة الطرفين عادة وقد يكون برغبة المرأة وحدها تجنبا للحمل وماتقاسيه من متاعبه ، أو خشية كثرة الأولاد وماتحتاجه من خدمة أو لما يعانيه الزوجان من قسوة الحالة الاقتصادية وماتحتاجه التربية من مال .

نعم ، كثيرا ما يبدى الطرفان أسبابا أخرى ولكن فى نظرنا أن السبب الاقتصادى هو الأهم .

## البـاثولوجيا :

لكى نفهم مايجلبه السغم من الضرر علينا شرح فسيولوجيا الجماع



عند بدء الجماع نجد الحويصلين المنويين منتفختين وممتلئتين بالسائل المنوى ، فتصل منهما أشعارات تنبيهية لمركز الانتصاب فى القطن ، كما تصل لهذا المركز اشعارات أخرى من المركز المخى ومن الحشفة نتيجة لاحتكاكها بالفرج . وعادة حينما يستكفى بل ويمتلىء مركز الانتصاب القطنى بهذه الاشعارات من الجهات الثلاثة — ويكون هذا بعد مضى وقت تختلف مدته — يشعر هذا المركز مركزى الكب فى النخاع والمخ فيحصل الانزال وبذلك ينتهى الجماع ولايتجدد الشعور بالرغبة فى الجماع ثانية إلا إذا امتلأت الحويصلة المنوية بالسائل وتورمت كحالتها الأولى ، عند ذلك يكون مركزا الانتصاب والكب استردا حالتهما الأولية الطبيعية وعلى استعداد لاستلام إشعارات جديدة أخرى وهكذا دواليك .

ويجب أن تذكر أنه أثناء الجماع نجد الغشاء المخاطى المغطى لقسم المجرى البروستاتى محتقنا وينتهى احتقانه بانتهاء الجماع وإندفاق المنى أما فى حالة مباشرة السغم فالذى يحصل هو أن الحويصلتين المنويتين لايتمكنان من تفريغ كل مافيها من سائل كما أن الاحتقان الشديد الموجود بغشاء البروستات المجرى لايرجع إلى حالته الطبيعية بسهولة بل يصبح المسغوم أقدر على مباشرة الجماع ثانية بعد وقت طال أو قصر — ولكن هذا الوقت أقصر — من الوقت الذى قد يحتاجه هو فى حالة مايتطلب تكرار الجماع العادى الطبيعى .

إن حالة نصف إمتلاء الحويصلتين المنويتين وحالة نصف احتقان غشاء البروستات يجعلانهما دائما يرسلان الإشعارات الكثيرة المتوالية إلى

مركزى الانتصاب سواء جيب الطلب بالجماع أم لا : وبتكرار واستمرار والاشعارات يصبح مركزى الانتصاب فى حالة تهيج لمدة طويلة فيضطران إلى إرسال هذه الاشعارات لمركزى الكب بصفة مستمرة إذ لا يقويان، نظرا لحالة نصف التهيج ، على حفظ الاشعارات المتوالية المرسلة اليه ، فتكون النتيجة الأولى — بعد الاستمرار على السغم — هى سرعة القذف أو القذف عند بدء الجماع ، ثم تتحول الحالة إلى القذف عند ملامسة الفرج ، ثم إلى القذف قبل ما ينتصب القضيب الانتصاب الكامل. وقد تزداد الحالة سوء فيحصل للقذف قبل ما ينتصب القضيب — أى قذف بدون انتصاب — وهذا ما يعرف فى الطب بالعنة وبطبيعة الحال لا يحصل هذا إلا بعد ممارسة السغم بضعة سنين .

والمفهوم عند فحص قناة مجرى البول عند المسغوم أن نجد دائما الغشاء المخاطى للجزء البروستاتى للمجرى فى حالة إحتقان ولوحظ فى أحوال كثيرة تضخما أو تورما ملحوظا فى العرف الحبلى .

ثم ما الذى يصيب المرأة ؟

بطبيعة الحال يحصل إحتقان فى جميع أعضاء الحوض بما فى ذلك الأعضاء التناسلية وقت الجماع ، ثم ترجع الحاله إلى طبيعتها الأولى عقب الانتهاء منه — إذا كان الجماع طبيعيا . أما فى حاله ما يكون الجماع متقطعا ، فقد لا تنزال المرأة شهوتها كلية أو بندفع جزء منها ويستبقى الباقى فى العدد وتستمر حاله الحوض والعدد فى حالة إحتقان حاد يأخذ شكل الأمان إذا تكرر السغم .



العوارض الموضعية :

لقد شرحنا بعض العوارض فى باب الباثولوجيا ، ذلك بان يحضر المريض للطبيب شاكيا من سرعة الانزال . وفى الأحوال السيئة يقول أن الانزال يحصل بمجرد لمس الفرج ، أو يحصل والقضيب فى حالة نصف انتصاب ، وأخيرا قد يشكوا بان له الرغبة فى النكاح ولكنه عاجز عن إتيانه لأن القضيب لا ينتصب حاله عنه، وقد يشكو أيضا من كثرة عدد مرات التبول . نظرا لحاله الاحتقان التى عليها الغشاء المجرى الخلفى .

العوارض العامة :

النيوراشينيا : تظهر بعوارض مختفية : فمثلا تشكو بعض النساء من ضربات القلب والتعب بعد أقل عمل وألم فى المفاصل . ومن إسماع أجراس فى الأذنين مما يجعلهن يتوهمن وجود مرض فى القلب . أو من السيلان الأبيض وذيما فى القدمين مع إنتفاخ فى الجفون . وبفحص البول نجد نقصا فى كمية البولينا اليومية والزلال .

وفى حاله واحدة نشر عنها الأستاذ هنر . وكانت الإصابة بعرق النساء . شفيت بتدليك البروستات مع أن المريض لم يصب بمرض السيلان فى حياته . وأن الفحص العملى أثبت عدم وجود أثر للسيلان أو عوارض أخرى تدل عليه .

وتظهر النيوراشينيا عند الرجل فيشكو من ضعف الذاكرة والشعور بفقد لذة الحياة . وعدم الرغبة فى الجماع . ومن آلام فى جلد الجسم خاصة

جلد القضيب بدون ألم فى المجرى . من كثرة الاحتلال مع حاله العنة عند البدء فعلا فى النكاح وأحيانا بعض العوارض التى تدل على سوء الجهاز الهضمى الخ . . .

والمعروف أن المرأة المصابة لاتحتاج إلى علاج إيجابى سوى المواظبة على الجماع الطبيعى وترك الطريقة التى كانت سببا للمرض . أما الرجل فأول مايجب عليه هو الإمتناع عن الجماع إصالة وعن أتيان محرضات الجماع بأى شكل كان . ويجب إقناعه بان حالة العنة الموجودة نشأت عن السغم . أما مدة الامتناع فتختلف على حسب شدة المرض وحاله المريض وحسب إستعداد الشخص نفسه وغالبا تكون ما بين شهرين وستة أشهر . لذلك يحسن نصح المريض بهجرة زوجته بعد إفهامها المسألة والذهاب إلى حمامات المياه المعدنية . لالفائدة المياه نفسها ولكن للتحقق من الابتعاد عن كل محرك جنسى . كذا يجب النصح بالامتناع عن تعاطى المشروبات الروحية والشاى والقهوة والمأكولات المحرضة للشهوة . ولتهدئه حالة التهيج الموجود فى مراكز الجماع قد يحسن إعطاء المريض قليلا من بروموز الصوديوم بمقدار جرام واحد ثلاثة مرات يوميا بعد الأكل لمدة وجيزة ثم ينقص بالتدريج إلى مرتين يوميا وبعد وقت إلى مرة فى اليوم . وتكون قبيل ميعاد النوم . ومن المؤكد أن هذا الدواء يضعف الرغبة فى الجماع مؤقتا وهذا مما يساعد المريض على الإبتعاد عنه وعن أتيان محرضاته .

العلاج الموضعى :

يبدأ بتقطير محلول نترات الفضة فى المجرى بنسبة ٣٠٠٠٠ — ١ على



أن تزداد إلى ٥٠٠ — ١ مرة كل خمسة أيام . ويصحب ذلك الفيام بتدليك خفيف جدا للبروستات . ويجتهد الطبيب أن لايعصرها . لأن العصر يضر البروستات وهى فى حاله الاحتقان :

كلما أخذت الحالة فى التحسن يجب أبطال جرعة البروموز ثم يؤخذ فى علاج المعنة كما هو موضح فى فصل العنة .

الإتصال الجنسى :

يمكننا أن نقول ونحن متأكدين . أن الليلة الأولى هى الحجر الأساسى فى إرساء قواعد البناء الزوجى . فإذا خرج الزوج ظافراً من هذه التجربة ضمن لنفسه ولزوجته السعادة والهناء . ولكن يجب أن لاننسى الأثر البعيد الذى سيتركه كل إتصال جنسى بعد الليله الأولى التى يغنم فيها الزوج إمرأته لأول مرة .

قد يذل الزوج فى الليله الأولى كثيراً من الحيوية والنشاط مع عدم الصبر فعلى الزوجة إذن أن تتناسى هذه الحيوية وإغتصابها وأن تظهر للزوج كل تسامح وإستجابة حتى وإن كانت تشعر ببعض الألم أو الألم كله . وعلى الزوج أن يتلطف فى المغازله وأن يهدىء من مداعباته عند كل إتصال جديد حتى يقضى على كل أثر سىء فى نفس المرأة ويزيل كل ماعلق فى ذهنها من شعور بالقرف من العملية الجنسية :

ومهما تكن ملابسات الليله الأولى فان على الزوج أن يعلم أن سعادة

الست فى المستقبل تتوقف على العلاقات الزوجية الحسنة وعلى اللذة التى تنتج عن كل إتصـــال جنسى . ومن حق المرأة أن تشارك زوجها بمحصول اللذة هـذه وأن تتمتع كما يتمتع زوجها بكل مباهج الزواج ولذته .

ومهمة الاتصال الجنسى هى تحقيق سعادة الزوجين وتأمين الصحة لهما . فعندما يحدث هذا الاتصال فى شروط متوفرة جسديا ومعنويا فإنه يحقق جميع هذه الأهداف ومن آثار هذا الاتصال أيضا أنه يمنح الدماغ شيئا من الحرية كما أن التفكير ينتعش . ويسيطر السرور على الجسد كله وبكلمة واحدة أن كيان الإنسان بعد هذا الحدث يشعر بتحسين تام . أما الاتصال الذى يحدث فى شروط مخالفه فإنه يخلف وراءه إنقباضا وقرفا فى النفس وثورة فى الأعصاب وتعبا مؤلما .

ولتحقيق النتائج الطبية . يجب أن يحدث الاتصال الجنسى بطريقة عادية وكامله والضرر الأكبر يلحق بالمرأة بعد كل إتصال ناقص . فالمرأة كما عرفنا فى السابق تأتى متأخرة فى إعطاء نتيجة كل إتصال جنسى ولكنها تشعر بلذة طوال مدة الجماع . وقد لاتشعر بأى لذة خصوصا عندما تكون ضحية إغتصاب أو فى حاله سكر شديد وهى فى هذه الحاله تمارس الجماع دون إرادة والطبيعة التى لاتوجد شيئا دون سبب. خصصت المرأة بمجموعه من الاعضاء التناسليه تتمتع بحساسيه شديدة وبقوة تستطيع عن طريقها تلتقى الإشارات والإحساسيه إلى الدماغ . وإذا



انقضى الجماع ولم تحصل المرأة إلا على نتيجة سلبية ، أى لم تشملها اللذة التامة فان الرابطة الزوجية سوف تفقد مع الأيام انسجامها .

وفى حالات الجمـــاع الحسنة يحدث الاختلاج ، أى ذروة النشوة واللذة فى وقت واحد عند الزوجين المتعانقين . ومن آثار هذا الجماع أنه يزيد العلائق الزوجية توثقا وخاصة عند حصول الاختلال المزدوج يشعر الزوجان وقد ذابا فى جسد واحد تغمره اللذة من كل جوانبه .

ومع الأسف نرى أن هذا الجماع ما زال مجهولا من الكثيرين من الأزواج وقد يحدث أحيانا أن تمر المرأة بذورة اللذة قبل حدوث قذف السائل المنوى من الرجل . ويقول بعض الأطباء أن هذه الحالة تعجل بالتلقيح وحمل المرأة ، غير أن الكثيرين من الرجال لا يطمئنوا إلى مثل هذه الحالة ولا يستطيعون الصبر بل نراهم سرعان ما ينتهون ويقذفون بالسائل المنوى قبل أن تشاركهم نساؤهم اللذة والمتعة :

وقام الكثيرون من الأطباء بدراسة مثل هذه الحالات فوجدوا أن غالبية النساء لا تنال قسطها من الجماع ، ويقع الخطأ على أزواجهم وفى مثل هذا الاتصال الجنسى الناقص لا يحدث عند المـــرأة ما نسميه بانتصاب البظر الذى يمنح المرأة لذتها وعند الجماع ينفتح المهبل عند دخول القضيب ويصبح فوق البظر فى مثل هذه الحالة، ولا ينتصب إلا بواسطة الإحساسات التى تنتقل إلى العقل عن طريق المبيضتين . وعند انتصاب البظر فانه يلامس القضيب ويحدث الاحتكاك بينهما فتصل المرأة إلى حالة الاختلاج النهائى أى ( الاورجازم ) وهو نقطة التلاشى الأخير .

ولكن الاحساسات عند المرأة هى دائماً المسيطرة وتخضع للإرادة

أى إذا كانت المرأة تشعر بنفور من الرجل الذى يجامعها تبقى احساساتها جامدة باردة فيمتلكها الرجل دون أن تمتلكه . وغالبا ما تأتى الاطفال الذين ينتجون عن مثل هذا الجماع أضعف بدنيا وعقليا من الأطفال الذين يأتون عن طريق مشاركة المرأة للرجل فى اللذة والاشتهاء .

ويقول « برداخ » : ( أن الجمال والقبح عند الأطفال ليس مرده إلى جمال آبائهم وأمهاتهم فقط بل مرده فى الغالب إلى الحب الذى يجمع بين الأمهات والآباء ومن هنا أتى ذلك المثل : « أبناء الحب يتمتعون بقسط وافر من الجمال » ) . وقد أتت المدينة تؤخر الاتصال الصالح ففى المناطق المتوحشة وتحت تأثير مناخ حار ترى أن حواس الإنسان تكون شديدة التأثر ، فالأجساد التى لا تعرف الثياب ، تراها تنديج عند حصول الجماع . فتعانق السواعد وتتلاصق ، وتتقابل الشفاة . . . وكل هذا تسرع بنقل الإحساسات الحارة وترفعها إلى أعلى الدرجات من التوتر الحاد واللذة العارمة .

أما فى بلاد الباردة حيث تقدمت المدنية ، فالمشهد يتغير كثيراً الآن المناخ يفرض ارتداء الثياب فى الليل والنهار فلا يلتقى الجسد بالجسد التقاء كاملا ، ولا تنطلق حواس المرأة انطلاقا تاما لتشارك الرجل فى العملية . ولذا وجب اثارة هذه الحواس عن طريق الرجل نفسه .

ويقول امبرو ازياريه : ( عندما ينام الرجل مع زوجته ، كان عليه أن يدغدغها ويلاطفها ويثيرها إذا وجدها لا تشاركه بكل إرادتها فى هذا الفعل ) .

والمرأة بالنسبة لحواسها أشد تأثراً من حواس الرجل ، ذلك لأن



حواس المرأة أشد تعقيداً وأعمق غورا وتملك من الحساسية الإنفعالية طاقة شديدة ولكنها لا تنطلق إذا لم يعرف الرجل كيف يثيرها. وهذا ما شاءته الطبيعة حتى لا تحرم المرأة جميع اللذات ، وخاصة الارتواء الذى يحمل لها النشوة التى يتواخاها من الزواج ، وهذا ما يجب أن يعرفه جميع الرجال عند زواجهم من امرأة قد اعتزموا أن يهبوا لها كل سعادة . وكل جماع لا يقوم به الرجل بالدور الأول يسير سيرا بطيئا وميكانيكا ، أى أن الجماع يجرى بين الزوجين بصورة لا شعورية وينتهى وكأنه لم يكن .

ودغدغة المرأة وملاطفتها أمر يعود على الرجل بمنافع عديدة . إذ تشاركه فى نشوته ومباهجه : فاذا أثيرت المرأة استطاعت أن تقدم له مائدة حافلة بالأطايب الشهية الحارة وأن تجدد رغباته وهى تستطيع حينئذ أن تشعره بأنه يعيش مع أنثى تفهمه لأنه يفهمها فتكسبه جسدها وروحها . أما إذا بقيت المرأة وسيلة من وسائل اللذة لاتشارك الرجل فى لذته ، فهى إلا المومس أقرب من المرأة المحبه ، فلا عجب إذا رأيناها لا يهمها سوى الانتهاء من الجماع دون أن يكون لها أى رغبة فيه .

وقد كتب أحد الأطباء عن وجوب منح المرأة حقوقها فى الجماع فهو يقول : ( الزواج اتحاد بين جسدين وروحين . ولا يتم اتحاد الروحين إن لم يتفق الجسدان على الالتحام وتأمين اللذة لصاحبها ، والرجل بطبيعته أسرع اشتغالا من المرأة وأسرع انتهاء منها أن لا تمنح حبها فى الجماع ويجب على كل زوج أن يتلافى وأن يعمل على أن تكون زوجته تحت رحمة الاتصال الناقص الذى سوف يزهدها فى الجماع ) .

قلنا أن الرجل سيوبخ الالتهاب بصورة عامة ، ولولا الآن أن الزوج الجاهل تراه يقدم على اطفاء هذا الالتهاب ثم يترك زوجته تحت رحمة الألم . أن الاتصال عند مثل هذا الرجل يكون تاما بالنسبة اليه ومهدئا لثورة أعصابه، ولكنه بالنسبة للمرأة ناقص ومؤلم لأنه يتركها فى اللحظة التى تثور فيها أعصابها وتنشط حواسها وليعلم جميع الأزواج أن مثل هذا الجماع يترك عند المرأة ألما نفسيا عميقا وثورة جسدية عارمة تنقلب إلى كره ونفور شديدين فى المستقبل مما يثير بين الزوجين مشاحنات كثيرة قد تنتهى بالطلاق ، أما إذا حرصت المرأة على عدم إظهار النفور أو لم تجسر على التصريح بما يخالجها أما عن حياء أو استهتار فانها تجر على نفسها فى المستقبل متاعب مؤلمة وأمراض نسائية قد تسبب لها العقم .

وقد اتفق أكثر الأطباء على أن العقم كثيراً ما تكون أسبابه الاتصال الجنسى يعتبره الزوج واجبا زوجيا ، ويعطيه المعنى الاعتباطى ، فتراه لا يحقق سوى رغبته . والاتصال بحد ذاته أكثر من واجب إذ أنه سد عوز شرعى تحتاجه المرأة حاجتها إلى الملبس والخبز .

ويقول الدكتور ( ديباى ) فى كتابه — فيزيولوجيا الزواج — :

( بين مائة زواج لا نستطيع أن نجد سوى جماع واحد نستطيع أن نعتبره جماعا كاملا حيث يحدث الاختلاج فى وقت واحد تقريباً عند الزوجين. لأن الاختلاج فى وقت واحد تقريباً عند الزوجين . لأن الاختلاع عند الرجل أسرع منه عند المرأة . والأنانية تدفع الرجل إلى الاكتفاء بارضاء ذاته واروا دون أن يحسب أى حساب لزوجته المسكينة التى تنام إلى جانبه وفى جوفها ثورة لاهبة ونار لا تنطفى من الشوق والرغبة ) :



ويعتقد بعض الرجال أن المرأة شهوانية بطبعها ولذا تستطيع أن تتحمل عدة اتصالات جنسية متتابعة دون تعب. وهذا الاعتقاد خاطىء لأن الاتصال الجنسى الكامل يبعث لاجهاد فى كلى الجسدين . أما ما نراه عند المومسات اللواتى يتحملن مضاجعة عدة رجال فذلك عائد إلى عدم مشاركة المومس الرجل فى عملية الجماع بل تبقى سلبية العواطف ولا تثير هذه الاتصالات فيها أى إحساس أو شعور باللذة ونحن عند درسنا لهذه الناحية المهمة من الحياة الزوجية نريد أن يسأل الزوج ما هو موقفه عندما تتركه زوجته وهو فى أشد حالات الهيـــاج ؟ لا بد أنه سيتملكه الغضب . . وإذن يجب عليه أن يقيس نفسه بهذه الأنثى التى تملك نفس الاحساسات والمشاعر التى يملكها . وعليه أن يتأكد أن المرأة التى لا تجد عند زوجها إلا الإهمال فانها كثيرا ما يدفعها هذا الاهمال البحث عن لذتها عند رجال آخرين قد يفهمونها أكثر منه . وليس الذنب فى ذلك ذنبها بل أن الذنب بكامله يقع على عاتق الزوج لغبائه وأنانيته .

وقد يستعمل بعض الأزواج وسائل شتى لمنع الحمل وأكثرها شيوعا اليوم هو القذف الخارجى ، أى القطع . وهذه الطريقة تضر المرأة لأنها تؤثر على جهازها العصبى وتحرمها من ملاذ الحياة الزوجية لأن عنق الرحم يجد لذة كبرى بالرطوبة التى يحملها اليه السائل المنوى . كما أن أكياس المطاط ( الكبود ) تشكل نفس الأخطار على صحة المرأة وسلامة جهازها التناسلى . وأهم هذه الأخطار هى التهابات الشفرين والمهبل وعنق الرحم . ويقول الدكتور بزجريه : ( أن أكثر الأمراض التى تصاب

بها المرأة وأهمها سرطان الرحم . يعود إلى الاتصالات الجنسية الناقصة وعدم تمتع المرأة بقسطها من الجماع ) .

ولا تقف الخطورة عند هذا الحد بل يتعداها إلى الأطفال الذين يولدون رغم الاحتياطات التى يتخذها الرجل فيأتون ضعيفى البنية غير مكتملى الجسد وبلهاء فى الوقت نفسه وهكذا نرى أن الرجل يحاول أن التذوق اللذات دون أن يتحمل النتائج فى هذه الحالة جبان يخاف المسئولية ، ويقود أمرأته بنفسه إلى مهاوى الرذيلة والدعارة ، لأنه يستأثر بالملذات ويحرمها منها فيدفعها إلى أحضان رجال آخرون عليها تجد عندهم اللذات التى لم تجدها عند زوجها والتى يدعها لثورتها تلاقى الأمرين من أعصابها . أما القول بأن على المرأة أن تكون حريصة على عرضها وشرفها وهى محرومة من أبسط حقوقها الطبيعية فهو قول لا يصح إلا عندما تجد عند رجلها العناية الكافية بعواطفها وشعورها وعندئذ ليتأكد الجميع أن زوجاتهم بخير ولن يفكروا بغيرهم ، لأن المثل الذى يقول ( أن الحلال جميل ) هو قول حق وصحيح .



## الفصـــل الرابع

### أيام أمكان الحمل فى المرأة وعدم إمكانه

منذ سنة ١٩٣٠ إلى الآن نشر عدد كبير من المطبوعات لاطلاع الجمهور على الاكتشافات العلمية المتعلقة باوقات الخصب فى المرأة . وفى كتاب كهذا مخصص للبحث فى الحب ، لابد من طرق هذا الموضوع المهم وتبيين أيام أمكان الحمل وأيام إمتناعه .

لقد درست أنا شخصيا هذا الأمر ، وأعتقد أن فى استطاعتى أن أفيه حقه بقدر الإمكان . وبذلك يتسنى لى أن أزيل بعض الإلتباسات وشيئا من الغموض وسوء التفاهم .

### لمحـــة شـاملة

فى مدة الحياة الزوجية ، تفضل الأمهات اللواتى لايملكن الوسائل الضرورية للالتجاء إلى مساعدة مربية أو خادمة ، أن لاتتابع الولادات بدون فاصل كاف للاستراحة . وأحيانا تكون الحالة الصحية النحيفة ، وضيق اليد أو الناقة ، سببا يحمل الأهل على تمنى الامتناع عن انجاب الأولاد طيلة سنين عديدة .

أن أبحاث عدة أطباء ، وبنوع خاص أبحاث الدكتور اوجينو ، تسمح الآن أن يعرف تقريبا :

١ — متى تقع أيام الدورة الحيضية التى تؤهل المرأة للحمل أكثر

من سائر الأيام فتدعى أيام الخصب وعددها ثمانية .

٢ — متى تقع أيام الدورة الحيضية التى يستحيل الحمل فيها تقريبا . وهى الأيام الباقية من الشهر الدورى فتدعى أيام العقم وعددها عشرون تقريبا .

فى الحالة الأولى ، يسمح تعيين الأيام الخصبة للزوجين اللذين لم يسعدهما الحظ بعد بمولود أن يتجامعا بامل ، وينجحا أقوى من باقى الأوقات . فعندما يعرفان سلفا هذه الأيام ، يتسنى لهما فى مدة أمتناعها عن المجامعة ، طويلة كانت هذه المدة أم قصير أن يستعدا أكثر من السابق للعمل أثناء فوران النشاط الحيوى فى البرهة الملائمة أن الأستاذ فى الطب الدكتور ميلر يذكر أنه أشرف على ٤١ تجربة ناجحة ، تمت على أثرها الولادات بعد إنتظار سنوات طويلة .

وفى الحالة الثانية ، يمكن للزوجين اللذين يرغبان فى أبعاد الحمل أن يصلا ألى مرامها بتقيدهما بقوانين الطبيعة — وهذه الوسيلة هى الآن أسهل مما كانت عليه قبلا — وبالتجائهم إلى الأمتناع الدورى ، أعنى انقطاعهم عن القيام بالفعل الزوجى ، فقط أيام الخصب من الدورة الحيضية .

فإذا كنت رب أسرة وتريد منع الحمل فبذه المعلومات تفيدك الآن ، وأن كنت أعزب فسوف تنفعك فى بعض مراحل حياتك الزوجية فى المستقبل .

اليك تفسير بعض التعابير المستعملة فى هذا الفصل إذا كنت لاتزال تجهلها :



— الحيض أو الطمث هو نزيف دموى دورى يحدث فى المرأة مرة كل شهر تقريبا .

— الدورة الحيضية المنظمة هى التى تكون دائما مدتها متشابهة فى ذات المرأة فتتألف ، مثلا دائما من ٢٨ يوما أو دائما من ٣٠ يوما الخ .

الدورة الحيضية غير المنظمة هى التى تكون مدتها غير متساوية فتارة ٢٨ يوما وأخرى ٣١ وأحيانا ٢٩ يوم الخ .

لقد لاحظ الأطباء منذ عهد بعيد أن المرأة غير قابلة للحمل فى كل لحظة من دورتها الحيضية . إلا أن التفسيرات متى كانوا يقدمونها كانت غامضة غير أكيدة . فاغلبهم كانوا يعتبرون أن عقم المرأة هو فى مدة الأيام الثمانية التى تليه . ولكن عالما قديرا ، هو الدكتور أوجينو ، قد أهتدى منذ بضعة سنين إلى أكتشاف خطير للغاية ، بفضلها وصلنا إلى المعلومات الدقيقه المرغوبة .

وهذه هى أهم النتائج التى وصل اليها هذا الطبيب العالمى بعد إبحاث طويله .

١ — حسب اعتقاده لايمكن المرأة أن تحمل الا حين خروج البويضة .

٢ — والأمر الأهم هو أن الدكتور أوجينو قد استطاع أن يعين وقت خروج البويضات باتتظام بين اليوم السادس عشر واليوم الثانى عشر التى تسبق إبتداء الحيض المقبل .

وهنا لابد أن أذكرك بمعنى خروج البويضة . أن المبيضين فى المرأة ينتجان بانتظام وبدون انقطاع جراثيم الحياة المسماة بويضات . والبويضة — عادة بويضة واحدة ، وبصورة إستثنائية إثنتان ( وهذا لايسبب ولادة التوائم ( — يقتضى نضوجها ( أى عندما تصبح قابلة التلقيح ( ، إذ تنفصل عن أحد المبيضين ليستقبلها كف المسلك وينقلها على مهل إلى داخل الرحم .

لاتنس أيضا أن تكوين البويضة والحيض مرتبطان أحدهما بالآخر . إذ إننا تستطيع القول بضورة أكيدة مطلقة أن تكون البويضة هذا ، هو سبب الحيض ( رغم أن الحيض لايبدأ إلا بعد مرور ١١ أو ١٢ يوما على خروجها ) .

لنقسم الآن بحثنا إلى جزئين ولنتكلم :

أولا عن بعض الشروح العلمية البسيطة للغاية .

ثم عن تطبيق هذه المعلومات التى تسمح بتعيين أيام الخصب وأيام العقم

## الشروح العلمية

يجب أن نعرف ماهى الظروف الدقيقة التى تساعد على الحمل وماهى الظروف التى تحول دونه .

عندما يجرى الجماع ، لابد من ثلاثة أمور لكى يتم التقليح :

١ — أن توجد جرثومة منوية حية ( هى عنصر الذكر )

٢ — أن تلتقى الجرثومة ببويضة ناضجة ( هى عنصر الأنثى ) .



٣ — أن تكون هذه البويضة هى ايضاحية .

وهنا ينفسح المجال لثلاثة اسئلة :

١ — ماهو مدى حياة الجراثيم المنويه بعد ايدعها فى جهاز المرأة ؟

٢ — فى أى وقت من الدورة الحيضية توجد ، فى جسم المرأة بويضة ناضجة ( منفصلة عن مبيضها ) .

٣ — كم تحيا البويضة بعد مغادرتها المبيض ؟

فالعلم يجيب حاليا على هذه الأسئلة الثلاثة كما يلى :

١ — أن الجراثيم المنوية تعيش اجمالا ثلاثة أيام فى جهاز المرأة .

٢ — أن خروج البويضة يحدث عادة فى الأيام التى تقع بين اليوم السادس عشر واليوم الثانى عشر قبل الحيض المقبل .

٣ — أن البويضة المنفصلة ، إذا لم تلقح سريعا لاتحتفظ بحيويتها الا مدة ٢٤ ساعة على الأكثر .

فالتلقيح يمكن أن ينجم عن جماع يجرى أما فى الأيام الخمسة التى يحدث فى أثنائها انفصال البويضة ، وأما فى مدة الأيام الثلاثة التى تسبقها إذ أن الجراثيم المنوية التى تستطيع أن تحيا ثلاثة أيام فى جهاز المرأة يمكنها فى هذا الوقت إنتظار خروج البويضة الناضجة لتلقيحها حالما تغادر المبيض .

فيجمعنا هذين العددين ٥ و ٣ نحصل على ٨ أيام فى خلالها يمكن أن يتم التقليح . وفى غير هذا الوقت بوجه عام لاتلتقى الجراثيم المنوية بالبويضة .

وأذا التقت بها فتكون هذه قد فقدت حيويتها .

هذه العملية تتلخص فى العبارات التالية :

تكون المرأة عادة .

عقيمة فى مدة الأحدى عشر يوما التى تسبق الحيض المقبل ( إذ أن خروج البويضات يقع بين اليوم السادس عشر واليوم الثانى عشر قبل الحيض وخصبة فى مدة الأيام الثمانيه التى تسبق هذه الأيام الإحدى عشر ثم عقيمة ثانية فى مدة الأيام الثمانية التى تسبق التسعة عشر التى تكلمنا عنها ).

## تطبيق هذه الشروح

لتعيين البرهة الخصبة والمدة العقيمة من الدورة الحيضية فى الزوجة لابد للزوج أن يوجه إهتمامه ، فى حسابه إلى الأيام التى تسبق بعض الأيام . فى بادىء الأمر يبدو هذا الأسلوب من الحساب غير مستحب ولكنه فى الحقيقة ليس معقدا .

أما المسألة الأساسية هنا فقد مرت بك وأنت تطلع على هذه المعلومات ، وهى التمكن من تعيين تاريخ أول أيام الحيض المقبل (إذ أن الحساب يجب أن يبدأ من تاريخ الحيض الماضى بل من تاريخ توقيع الحيض المقبل)

ولكى تقدر المرأة أن تعين بالضبط هذا التاريخ المقبل ، لابد لها من أن تراقب مدة أشهر ( والأفضل أن يكون عدد الأشهر أكبر مايستطيع ) سير حيضها أى طول دورتها الحيضية ونوع هذه الدورة ( منظمه أو غير منظمه ) . ولذلك يجب أن يسجل باعتناء كل شهر



بالضبط ، تاريخ أول يوم يظهر فيه الحيض لأنه هو وحده المهم . والأولى أن تستعمل لهذه الغاية مفكرة شهرية يؤشر عليها بانتظام وبدون نسيان ، أول يوم يظهر فيه الحيض .

لقد نصحنا بمراقبه مدى الدورة الحيضيه فى أطول مدة ممكنة ، لأن لكثير من النساء فى الحقيقة دورة حيضية غير منظمة وفى هذه الحالة؛مهم أن تعرف نسبة عدم النظام.

والمعلومات التطبيقية تتناول :

الدورات المنظمة ثم الدورات غير المنظمة .

## الدورات المنظمة

لنفرض أن الزوجة قد عرفت طبيعة دورتها الحيضيه الثابته ؛ إذ وجدت فى ذاتها المدى عينه وعدد الأيام نفسها بين حيض وآخر وهذا يسهل تعيين أيام خصبها .

ولنفرض أن دوالتها المنظمة تدوم بدون استثناء ٢٧ يوما ولننظر إلى اللوحة رقم ١ .

فالمرأة التى علمت أن ابتداء حيضها فى أول مايو ؛ فى وسعها أن تعين يوم ظهور الحيض المقبل ؛ الذى يكون فى ٢٨ مايو .

وعلى اللوحة ؛ إعتبارا من اليوم الذى يسبق ميعاد الحيض المقبل ( أى إعتبارا من ٢٧ مايو ) لنرجع إلى ماقبل ١٢ يوما فنقع على تاريخ ١٦ . أن هذا التاريخ يسبق بمجرى الإحدى عشر يوما يوم لايتغير ويدل على نهاية الخصبة .

وكما رأينا فى القسم العلمى من هذا الفصل ؛ يتضح أن طول فترة الخصب الممكن هو ٨ أيام . ولنواصل الصعود على سلم أيام المفكرة لنرى أن هذه الفترة تبدأ فى ١٦ مايو وتنتهى فى ٩ منه .

وأخيرا ! إذا تابعنا الرجوع من ٨ مايو إلى أول مايو ؛ فصادف فترة أخرى عقيمه ( فى فاتحة أيامها يجرى النزيف الدموى ). ولنلاحظ أن هذه الفترة العقيمة من الدورة السابقه ( وهذا مايساوى فى الحقيقه ١٩ يوما متتابعة دورة منتظمة طولها ٢٧ يوما ) .

فاذا أراد الزوجان أن يتجنبا الحمل فى الوقت الحاضر ؛ وجب عليها أن يمتنعا عن المجامعة فى فترة الخصب الممكن ( أى من ٩ إلى ١٦ مايو ) .

وفى الدورة المقبلة ( أى شهر يوليو ) يجرى الحساب على النمط عينه وتعين البرهة الخصبة من ٦ إلى ١٣ يوليو والخ .

وفى استعمال أو المفكرة لابد من الإنتباه جيدا إلى عدد أيام الأشهر تماما على إختلاف تألفها من ٣٠ أو ٣١ يوما ؛ ولاسيما شهر فبراير إذا كان ٢٨ أو ٢٩ يوما .

## الدورات غير المنتظمة

عندما يكون طول مدة الدورة متغيراً ( مثلا أحياناً ٢٧ وأحياناً ٢٩ أو ٢٥ يوماً ) تستطيع المرأة مع ذلك أن تعين فترتها الخصبة ولكى تصل إلى أضمن نتيجة يجب عليها أن تراقب نفسها مدة عدد كبير من



الأشهر حتى تقف بالضبط على مدى أقصر دورة تتألف من ٢٥ يوما مثلا ومدى أطول دورة ( فرضا ٢٩ يوما ).

لندرس حالة امرأة تعرف درجة تغير دورتها ( من ٢٥ إلى ٢٩ يوما ) ونعرف هكذا أن الفرق بين أقصر دورتها وأطولها هو ٤ أيام.

ندرك أولا ما هى الصعوبات فى هذا الموضوع ثم كيف يتمكن الانسان من تذليلها .

أن اللوحة رقم ٢ ترينا الأشياء الممكنة للحمل فى هذه الدورة غير المنتظمة موضحة واحدة تحت الاخرى .

ولقد وضعناها ووضعنا فوقها النقط عدداً من المساحات حتى نستطيع أن نتبين ان عددا الأيام ( يعتبر عقيما فى دورة معينة من الدورات ) لا يجوز اعتباره هنا عقيما لعدم الوثوق من تاريخ الحيض المقبل . ونظراً لعدم الوثوق من تاريخ الحيض المقبل . ونظرا لعدم الانتظام يخشى أن تكون هذه الأيام المغطاة مساحاتها فى الحقيقة جزءا من ( حلقة هذا أو ذاك من أشكال الدورة الأربعة الممكنة .

وبما أن المشكلة قد تبينت ؛ يمكن القول ( دائما بمراجعه اللوحة ) أن أتباع هذه الطريقة يتخلص بهذه الكلمات : أن الفرق بين عدد أيام ( حلقات ) الدورة الأربع ( وفى هذه الحالة وهو اربعه أيام ) يجب ان تزاد على مقدمه الفترة الخصبه العادية فى أطول دورة ٨ أيام تضاف إلى اربعه فيكون المجموع ١٢ يوما يمكن التلقيح ان يحدث اثنائها ( بهذا الشكل غير المتوقع إذ ذاك من الدورة غير المنظمه التى يتراوح طولها بين ٢٥ و ٢٩ يوما ) .

كل هذا يبدو لأول وهلة معدا قليلا . ولكن فى الحقيقة ، كما قد قلت سابقا ، فى غاية البساطة .

وعلى هذا المنوال يتسنى للزوجة التى يهمها الأمر ، ويبتدىء حيضها مثلا فى أول أكتوبر ، أن تفكر هكذا : سيظهر حيضى المقبل أما فى ٢٦ أو ٢٧ أو ٢٨ أو ٢٩ أو ٣٠ أكتوبر . فإذا ظهر فى ٢٦ منه ، يجب أن أعتبر أن برهة خصبى ( التى لاتكون فى الحقيقة قد بدأت الا فى ١١ منه ( تنتى فى ١٧ منه . فتمد فترة الخصب الممكنه إذا من ٧ إلى ١٨ أكتوبر .

أن ترتيب اللوحه رقم ٢ الذى وضعناه حسب تواريخ مفترضة يمكن من يهمها الأمر أن تطبقه على تواريخ حيضها الحقيقية ، أولا على ورقة ثم على اللوحة فتؤشر عليها الميعاد الذى ترتكز عليه هذه الطريقة العملية . أننا نكرر القول أن هذا الميعاد سيكون أول يوم يتبع اليوم الذى تنتهى فيه أطول دورة . وبما أننا فى سياق كلامنا قد اعتبرنا أن أطول دورة تتألف من ٢٩ يوما ، لابد من أن يكون فى هذه الحالة يوم ٣٠ أكتوبر :

وترينا اللوحة رقم ٢ كيف يجب تطبيق هذه الحلقة على تغييرات لاتزيد عن أربعة أيام . غير أننا ، وقد فهمنا الخطة ، يمكننا بانقاص أو بزيادة سلسلة أرقام ( تحت باقى السلاسل ) أن نرسم لوحات أخرى لتغييرات أقصر أو أطول من ذلك . فالزوجان يستطيعان إذا بسهولة أن يرسما لوحة شخصية بانقاص أوبزيادة السلاسل اللازمة .

وفى حالة دورة غير منتظمة يتراوح طولها بين ٢٧ و ٢٩ يوما ؛



تكون فترة الخصب الممكنة مركبة من ثمانية أيام ويومين أى عشرة أيام... الخ فى جميع الحالات تضاف ثمانية أيام على الفرق الموجود بين المدتين الأقصر والأطول .

وهنا لابد أن نتنبه إلى أن للفرق كلما زاد بين أطول وأقصر دورة بالنسبة إلى ، برهة الخصب الممكنة .

ولإزالة كل هذا ؛ لابد من أن نبين أخيرا اننا عندما نتكلم عن طول فترة الخصب نستعمل تعبيرا يسهل فهمه عمليا . ولكن هذا التعبير فى حد ذاته ليس صحيحا . ففى نظرية الدكتور اجينوا يظل عدد الثمانية فى مدة الخصب ثابتا لايتغير . وعندما نضيف أياما أخرى على هذه الأيام الثمانية ؛ نفعل ذلك طبعا بسبب عدم إنتظام الدورة ؛ أعنى عدم معرفة موعد الحيض المقبل بالضبط .

هل يرهن هذا الأسلوب بصورة كافيه عن صحة مفعول ؟ وهل يمكن الإعتماد على الطريقة فى تعيين الأيام التى اتفق الجميع على إعتبارها عقيمة ؟ .

فى سنة ١٩٣١ حين نشر هذا الكتاب الأول مرة ( فى لغته الأصلية كان العلم قد وصل إلى تبيين مايأتى :

أن عددا كبيرا من الأطباء المتخصصين بالأمراض النسائية والولادة فى مختلف أنحاء العالم ؛ قد أكدوا أن هذه الطريقة باتباعها كما يجب قد أدت إلى نتيجه مرضية بنسبة ٨٠٪ من الحالات المدروسه. وأننا نتكلم عن أطباء قد إهتموا جديا بالقضية . والوثائق التى

أطلعنا عليها تشهد بانهم تتبعوا سير عدد من الحالات لابصورة تقريبية بل بدقة تامة طيلة سنين عديدة متوالية . قد قبلوا وضع أنفسهم تحت هذه المراقبة لخدمة العلم الذى يدركون مدى مايعرد به على الإنسانية من فوائد جزيلة .

تقوم ثلاثة أعتراضات فى وجه تطبيق ( الأمتناع الدورى ) بقصد منع الحمل وتحديد النسل : إعتراضات من الوجهة الطبيعية والوجهة العاطفيه والوجهة الأخلاقيه .

إذا كان هـذا الأسلوب مبينا على أساس علمى ; فكيف يفسر الفشل الذى يبوء به أحيانا تابعوه ؟

إن العقدة التى أصطدم بها اللاجئون إلى هذه الطريقة رغم اتباعهم أياهابدقة وأمانة ؛ ناشئه كما هو معلوم عن خروج البويضة عرضا قبل الآوان أو بعد فواته ؛ أعنى عن نضوج البويضه وإنفصالها عن المبيض قبل أو بعد التاريخ الذى أمكن توقعه بصور طبيعية . وهـذا الشذوذ لايحدث إلا فى ظروف إستثنائية أما على أثر اضطراب يشمل كل الجسم ويتاتى مثلا عن تأثر شـديد أو عن مرض أو عن تبديل عنيف فى المناخ وأما على أثر تغيير مجرى الحياة بكامله كالانتقال من العزوبة إلى الزواج .

وهنا يتحتم على الإنسان أن يعتصم بالتحفظ ؛ بنوع خاص ؛ وبعد ولادة أو أجهاض ؛ طالما لم يعد الحيض إلى سابق عهده .

وعندما يعود الحيض إلى مجراه ؛ يحسن أن نعلم أيضا ان الولادة او قطع الرضاعة قد تغير احيانا شكل الدورة الحيضية ( فتطول فى



اغلب الأحيان ) بصورة وقتيه عادة اى مدة شهرين اوثلاثة اشهر مثلا . وفى هذه الحالة إذا كان للزوجين حجه مقبوله لتجنب الحمل ؛ فالأولى ان يضيفا إلى مقدمة فترة الخصب ومؤخرها يوما او يومين يلازمان خلالها الامتناع عن المضاجعه على سبيل الاحتياط .

## إعتراض من الوجهة العاطفيه

لابد من أن يصرح بعض الأشخاص قائلين ان حسابات التاريخ وتعيين الأيام التى يجوز للزوجين ان يتبادلا فيها الحنوسلفا ؛ تنزع عن مظاهر الحب والصبغة الطبيعيه التى تجعـل القلب عفوا يفيض حـلاوة وعذوبة وثوق عرى الإخلاص .

وعلى هذا نجيب ان اسلوب الأمتناع المحسوب لايقدم كمثل اعلى يجب اتباعه بل كمنقذ لبعض مآزق حرجه يعجز الإنسان عـلى حمـل اعبائها فى الحياة كثير من المواقف تقضى عل الرجل والمراة ان يكبتوا عواطفها ( الارتجالية ) بتحفظات واحتياطات حكيمة .

نقول ايضا ان من الممكن تخفيف وطأة المزعجات بتدارك جزء من الشوائب التى ذكرناها ؛ إذا رضى احد الزوجين بان يهتم وحده بحساب هذة التواريخ . فانا اعرف اسراً عديدة تضم اولادا متقاربى الأعمار ؛ قد لجأت بصورة فعالة ومريحة إلى ( الأنقطاع الدورى ) مدة سنتين بدون ان ينفتح على بساط البحث حساب تواريخ ؛ لأن الرجل وحده او المراة وحدها قد اهتم احدهما بتعيين الأيام التى يلزم الإمتناع فيها عن الجماع . ولاحاجة إلى التصريح بان هذا العمل يعود بالأفضلية إلى من يرى الزوجين فى نفسه ميلا إلى الدقة والنظام .

قد تسألنى ؛ لانك تحب الوضوح ؛ عما إذا كان الالتجاء إلى الإمتناع الدورى فى ايام الخصب ؛ لتحديد الولادات وإبعادها ؛ لايعتبر تملصا من الناموس الطبيعى وحياد عنه .

وبدون ادنى تردد اجيبك : كلا . ان التملص من القوانين الطبيعية هو بعينه الوسيلة التى تناقض الطبيعه والتى تنزع اثناء التمتع بحقوق الزواج عن العقل التناسلى فطرته على نقل الحياة اما فى هذه الحالة فبالعكس لم يجد الفعل عن غايته ولم يقبح بممارسة بشكل ينافى الطبيعه إنما الملامه؛ لايستوجبهو تحديد النسل بطريقه معقوله ؛ بل تحديده بوسائل تناقض الطبيعه .

ستقول لى : ولكن فى الحقيقة من يلجأ إلى الإمتناع الدورى كمن يختلس الملذات باتباعه سبلا ملتوية تضاد الطبيعة ؛ كلاهما يصلان إلى نتيجة واحدة يسعيان اليها ؛ إلى وهى تجنب الحمل .

هنا لا أرى اختلافا جوهريا بيننا . فانت تلاحظ ؛ وأنا أيضا ألاحظ ؛ أن الوسيلة المستخدمة هنا شريفة وأن الوسيلة المستخدمة هناك منحطة فلنفرض أننا كلانا نشجع هذه الوسيله الدنيئة ؛ ولاسألك أنا بدورى :

( هل تعتبر سيئا أن يسعى الإنسان إلى تجنب الحمل مدة من الزمان عندما يقتضى التبصر بذلك ؟ ) ستجيب حتما : ( لا ) . وجوابك على هذا هو عين الصواب واليك البرهان الساطع .

كل عمل لاينافض الطبيعة لايمكن أن يصبح فاسدا الا بالنية



السيئة التى توحيه والإمتناع الدورى كما رأينا الآن لاينافى الطبيعه وإذا التجأ اليه الزوجان لسبب جدى حقيقة يمليه عليها التبصر المحمود ؛ فانه يطبق بنيه صالحه ؛ ولذلك لايمكن فاسدا . لكن بالعكس إذا كانت النيه التى تدفع إلى الإمتناع فاسدا بسبب سوء النيه . وهذا مايفعله مثلا زوجان حديثان العهد ؛ لارضاء أنانيتها ؛ وبدون سبب معقول يجتهدان فى تحاشى أنجاب الأولاد ؛ ولاغاية لهما سوى الإنصراف بحرية إلى التمتع بالحفلات والسهرات والرحلات وأوقات الفراغ . إن هذين الزوجين الشابين لايخضعان للناموس الذى وضعه مبدع الكائنات لأنهما يضحيان على مذبح أنانيتها ؛ بواجب أساسى من واجبات الزواج هو حمل شعله الحياة . وهذا ايضا مايفعله الزوجان اللذان يلجآن إلى الإمتناع عن المضاجعه فى الأيام الخصبه وهما موطدا العزم على الأقدام على الإجهاض إذا ثم الحمل على أثر غلطة فى التاريخ أو على أثر خروج البويضه عرضا قبل الأوان .

ها قد إتفقنا على استنتاج أن هذه الحالات لاتخلو من التطرف .

فإذا لم يحدث الإختلاس بفعل يضاد الطبيعة ؛ لايزول فى الحقيقة مع ذلك التملص من الواجب .

لقد عزمنا فى هذا الكتاب على تحرير بعض صفحات تتعلق بمواعيد خصب المرأة ؛ ليكون كاملا حقيقة من جميع النواحى .

## الفصل الخامس

## الإحتلام وأسبابه

يعرف الإحتلام طبياً باسم ( انسيال المنى اللا إرادى ) . فسواء أكان الإحتلام بالليل أو بالنهار ، إبان النوم أو أثناء اليقظة فلا بد من توفر عنصر اللا إرادية فيه .

وقد يحدث الإحتلام فى أى وقت منذ يبدأ الرجل نشاطه الجنسى إلى أن يبلغ مرحلة التوقف ، أى حتى سن البلوغ إلى الثمانية تقريباً ، فقد مرت بى حالات كان الغلمان يحتلمون فيها فى سن صغيرة أى فيما قبل العاشرة ، ولكن جرت العادة أن يحدث الإحتلام بأتم صفاته فى سن الثانية عشرة ، أو الثالثة عشرة .

ويكون الإحتلام عادة فسيولوجياً أو مرضياً . ويقول بعض علماء الجنس أن الإحتلام الفسيولوجى غير موجود على الإطلاق بالمعنى الذى توحى به كلمة ( فسيولوجى ) ، ولكنى أود أن أعالج هذه المسألة بالذات فيما بعد ، ولسهولة البحث أرى أن أقسم الإحتلام إلى قسمين : هما الإحتلام الفسيولوجى ؛ أى الطبيعى ؛ والإحتلام الباثولوجى أى المرضى . والآن ؛ ما هى صفات الإحتلام الطبيعى ؟ وما الظروف التى ينبغى أن يحدث فيها الإحتلام ؛ وكيفيته حتى يمكن أن يوضع فى قائمة الإحتلام الفسيولوجى ؟

والجواب على ذلك أن الإحتلام الطبيعى وهو ما يطلق عليه اسم ( الأحلام المبتلة ) هو الإحتلام الذى تنطبق عليه الشروط الآتية :



١ — ينبغى أن يحدث أكثر من اللازم .
٢ — يجب ألا يحدث أكثر من اللازم .
٣ — يجب أن يصحب الإحتلام انتصابا شديداً .
٤ — يشترط أن يقترن الإحتلام بحلم جنسى مثير .
٥ — يجب أن يقترن القذف باحساس باللذة .
٦ — وأخيراً وليس آخراً ينبغى ألا تكون نتيجة الاحتلام إحساس الفرد بضيق أو إجهاد . بل يجب أن تشعر فى الصباح بنشاط وانتعاش كما هو الحال عقب إقدام الرجل على الجماع الطبيعى .

وبعبارة أخرى ؛ لكى يكون الإحتلام طبيعياً ؛ يجب ان تتوفر فيه الصفات التى تتوفر فى الجماع العادى ؛ ذلك لأنه إذا انتقصت إحدى الصفات السابقة من الاحتلام فانه ينتقل اوتوما تيكياً من قائمة الإحتلام الطبيعى اكثر انعداما كان ذلك دليلا على اهمية الحالة المرضية التى يعانى منها الرجل .

وما الإحتلام الذى يحدث فى أوقات اليقظة ؛ او بكثرة ؛ او الذى لا يقترن بانتصاب او بأحلام جنسية مثيرة ؛ او الذى يخلف الرجل ضيق الصدر ؛ متبعاً ؛ كسولا ؛ غير قادر على العمل او تركيز ذهنه فى صباح اليوم التالى ؛ مع شعوره بألم فى الراس ( صداع ) ؛ وفى العنق .. الخ فاحتلام مرضى قطعا ويجب ان يعالج بكل نشاط وبغير تأخير .

وقد يتسائل البعض ؛ ما الذى ابغيه من كلمة ( كثرة ) فى حدوث الاحتلام ؛ وما هى الفترة الطبيعية التى يجب ان تنقضى بين كل احتلام وآخر ؟ وهل فى استطاعتنا ان تحدد مدة بالذات ؛ فاذا قصرت فترة

حدوث الاحتلام عنها ؛ عد احتلاماً غير طبيعى ؟ وقد يعجب بعض الناس من قولى هذا ؛ ولكنى اقول لهم إننى بالرغم من اقتناعى التام بوجود خلاف واسع المدى من الناحية الجنسية بين الفرد وغيره من الأفراد . فانى استطيع ان احدد فترة معقولة يجب ان تنقضى بين كل احتلام وآخر — وعندى انه إذا حدثت الاحتلامات اكثر من مرة فى كل اسبوعين تقريباً ؛ او فى كل اسبوع على اقصى تقدير وإذا لم تنتج عنها اعراض ضعف او انقباض ؛ فانها تصبح فى حدود الاحتلام الطبيعى واما إذا حدثت مرتين او اكثر فى الأسبوع ؛ فانها تصبح احتلامات مرضية ؛ بغض النظر عما إذا كان تخلف المحتلم جم النشاط والانشراح فى صباح اليوم التالى . وآية ذلك أن الخطر يكون داهم فى هذه الحالة ؛ ومصدره أن يصبح الاحتلام عادة . فمع أن بعض الأفراد يستطيعون أن يعيشون أعواما طويلة وهم متمتعون بصحة جيدة مع حدوث الاحتلام بنفس الكثرة . إلا أن الميل العام إلى الاحتلام إذا ترك بغير علاج يؤدى إلى زيادة عدد مرات الإحتلام . ولا يلبث المحتلم أن يفقد اللذة التى يشعر بها المحتلم عادة . وبعبارة أخرى ينتقل الإحتلام وهى فى المرحلة الأولى .

قلنا إن الإحتلام قد ينتقل أحيانا من المرحلة الفسيولوجية إلى المرحلة الباثولوجية بغير أن يدرك الرجل ذلك . ولكى نزيد القارىء إيضاحا فى هذا الشأن ، نرى أن نشرح له الظواهر التى تقترن بحالة بحالة الإحتلام المرضى .

وأول هذه الظواهر حدوث الإحتلام مرة فى كل ليلة ، وربما



أكثر من مرة . فقد عرض لى مريض يحتلم من عشرة إلى خمسة عشر مرة فى الأسبوع وقد أستمر على هذه الحال عدة شهور قبل أن يأتى إلى فى طلب العلاج . فإذا ما كثرت مرات الإحتلام تضاءل الإنتصاب شيئاً فشيئاً وانمحى الشعور باللذة عند القذف بالتدريج إلى أن ينعدم تماما . وبينما يستيقظ المريض عقب القذف مباشرة أو فى إثنائه فى بداية الحالة المرضية لايلبس أن يفقد الشعور بالقذف نفسه عند الإزمان . ولايستيقظ إلا بعد إنتهاء القذف أو فى الصباح حيث يدرك من تلوث ثيابه أو فراشه أنه إحتلم أثناء الليل وفيما يتعلق بالأحلام الجنسية السارة ؛ فإنها لاتلبث أن تفقد هذه الصفه السارة إلى أن تنعدم صفتها الجنسية فى النهاية .

لقد صارحنى أحد مرضاى ممن كثر إحتلامهم أن الإحتلام كان دائما يسبق بحلم ذى طبيعة حسابية . كأن يحلم بأن عليه أن يضرب رقمين كبيرين أحدهما فى الآخر . وإذا بالمجهود الشاق المضنى غير الناجح الذى يبذله للوصول إلى المجموع ينتهى بالإحتلام .

وهذا مريض آخر كان يحلم بأن يستذكر عدداً معينا من أبيات الشعر ، وحين يخفق فى تذكر أحد الأبيات أو بعضها كان يحتلم .

وجاءنى مريض بالاحتلام ذات يوم وقال لى إنه كثيراً مايحلم بأن عليه أن يلحق بقطار أو مركب ، وأنه يركب عربة ( ترولى ) لتصل به إلى محطة السكة الحديد أو الميناء ، وإن حركات الترولى البطيئة كانت تسبب له إحساساً عجيباً ينتهى بالإحتلام ، وقد إستمرت هذه الإحتلامات بكثرة ، أى مرة فى كل يومين أوثلاثة ولعدة أعوام

حتى اضطربت أعصابه ؛ ثم انهارات ؛ فجاءنى فى طلب العلاج .

والملاحظ أن الأحلام غير الجنسية التى تنتهى بالإحتلام تمثل بصفة عامة مجهودا غير موفق أو غير سار ، لأن الأحلام غير السارة أو الناجحة لاتؤدى مطلقاً إلى الإحتلام .

وقد تتخذ الأحلام فى بعض الأحيان صفة إنحراف جنسى معين ثم لايلبث الإحتلام أن يحدث بغير حلم مطلقاً .

كذلك فإن الإحساس باللذة المركزة والنشاط الذى يصاحب القذف فى بادىء الأمر ؛ لايلبث بالمثل أن يفقد هـــذه الصفات بالتدريج ، فلا يعقبه أى إحساس بالمرة فإذا إستمر الإحتلام فى الحدوث بكثرة ؛ فقد ينقلب هذا الإحساس إلى إحساس غير سار أى إحساس بحرقان وأكلان فى مجرى البول .

ومع ذلك ، فإن أهم نقطة فى الموضوع هى تأثير الإحتلام على حاله المريض البدنية والعقلية ؛ وستناقش هذه النقطة بعد فراغنا من الحديث عن الإحتلام النهارى وحالة الأسبيرماتواليا .



## الفصـــل السادس

### إحتلام اليقظة

الإحتلام النهارى هو قذف المنى أثناء النهار ؛ ويمكن أن نطلق عليه إسم ( إحتلام اليقظة ) ؛ لأنه ليس النهار الذى يحدث فيه الإحتلام هو المهم ؛ ولكن الأهم هى الحالة التى يكون عليها المريض أى الحالتين النوم أم اليقظة .

وعند ما يكون إحتلام النوم فى الظروف التى سبق فأوضحناها فسيولوجياً إحتلام اليقظة لايمكن أن يكون كذلك فان كل إحتلام يقظة هو قطعاً إحتلام غير طبيعى ؛ ومن ثم فعلى كل رجل يحتلم لأول مرة وهو مستيقظ أن يبادر بعرض نفسه على الطبيب للعلاج يحول دون تكرار هـذا الضرب من الإحـلام ; لأن إحتلام اليقظة يعنى إصابة المريض بحالة نوراستانيا ؛ وهى حالة تدل على إصابة المراكز العصبية بالتهيج ؛ أو إصابه الأعضاء التناسلية بحالة ضعف عام .

وقد تؤدى إحتلامات النوم — إن كثرت وإستمرت مدة طويلة إلى حدوث الإحتلام النهارى . ولو أن ذلك ليس محتما ؛ ومع ذلك فإن الإحتلام الليلى المعتدل .

أما إمكان حدوث الإحتلام النهارى عند النهارى عند الأشخاص الذين لم تصب اعضاؤهم وأعصابهم التناسلية بالضعف نتيجة الإحتلام الليلى أو ممارسة العادة السرية فمسألة لازالت موضع نظر .

فقد سمعت أحد زملائى الأطباء أن مريضاً شاباً أخبره أن إحتلامه الأول كان احتلام يقظه ؛ وأنه حدث بينما كان يشاهد رواية هزلية موسيقية .

ثم أعقب ذلك حدوث إحتلامات ليلية ؛ ولكنى لاأستطيع أن أقول بأنه فى إستطاعتنا أز نستبعد عنصر العادة السرية من هذه الحالة بالذات .

مع إننى أعتقد أن ماقاله المريض من إنه لم يعان من قبل الإحتلام الليلى وإنه لم يمارس العادة السرية قبل ذلك الوقت . أقول مع إننى أعتقد أن هـذا القول صحيح فإننى أعتقد أنه من الجائز أن إحتكاكا ماساعد على حدوث القذف قد وقع بالفعل بغير وعى من الشباب .

وإذا إستمرت الإحتلامات النهارية أية فترة من الوقت ؛ قلب الحاجة إلى وجود المهيج بالتدريج لتحدث هذه الإحتلامات . . فقد يكفى فى هذه الحالة مجرد إقتراب الرجل من إمرأته ؛ أو لمس ثيـاب نسائية ؛ أو فحص هذه الثياب وتأملها أو النظر إلى الثياب النسائية الداخليـة المعروضـة فى واجهات المحلات التجارية أو فى الإعلانات بالصحف والمجلات ؛ أو رؤية الصور أو التماثيل العارية أو شبه العارية فى المتاحف والمعارض ؛ أو مشاهدة قصة مؤثرة أو مضحكة لهاصلة بالجنس ؛ أو قراءة القصص الماجنة أو ركوب دراجة أو الرقص أو إمتياط صهوة جواد ، نقول قد يكفى مجرد الأقدام على أحد هـذه الأشياء لحدوث الإحتلام كما يكفى مجرد حـــلاقه الذقن فى بعض الأحايين لحدوث الإحتلام أيضا .



ومن العجيب ، ولو أنه مـن الثابت قطعاً ، ان المهيج أو المؤثر الذى يؤدى إلى الإحتلام النهارى . ليس من المحتم أن يكون شيئا جنسيا أو علاقة بالأمور الجنسية فقد يؤدى أى شىء يحدث إجهاداً عقليا . أومجهوداً عنيفاً أو حتى قلقاً إلى حدث الإحتلام النهارى وهم يؤدون الإمتحانات وبصفة خاصة عندما كانوا يركزون إهتمامهم فى محاولة لتذكر بعض تفاصيـل الإجابة عن الأسئلة أوحـين يحاولون الوصول إلى حل إحدى المسائل الحسابية الصعبة بل لقد أبلغنى أحد الأطباء أن لديه مريضاً يشتغل كاتب حسابات كان يحتلم كلما أخطأ فى إحدى العمليات الحسابية وأخفق فى بلوغ النتيجة الصحيحة . فى حين أن مريضاً آخر كان يحتلم بالليل بكثرة . وحدث أن استدعى لتأدية الشهادة فى إحدى القضايا فما كاد يقف أمام القاضى ويلقى عليه أول سؤال حتى أنسال منه المنى . وثم مريضاً ثالثاً أحتلم لأول مرة نهاراً وهو ينتظر صدور حكم المحلفين فى قضية كان مستقبله كله معلقاً عـلى نتيجتها .

## الفصل السابع

## أسوأ أنواع الإحتلام

وهناك نوع من الاحتلام غير معروف جيداً لكثير من الأطباء مع إنه قد يكون أكثر أنواع الاحتلام شيوعا . ونعنى به الاحتلام فى المثانه . فقد يقول الك المريض انه احتلم بغير قذف . بل قد يقول لك المريض انه إحتلم بغير قذف . بل قد يقول ظن انه إحتلم ومع ذلك فإنه لم يعثر على اى اثر للإحتلام عندما استيقظ . فإذا فحص الطبيب بول الصباح لمثل هذا المريض فإنه يجده ممتلئا بالمنى . وهذا المنى لايلبث ان يستقر بسرعة ويتجمع عل هيئة سحابة . او قطعة ذات شكل هلامى يمكن التفريق بينها وبين البرل يسهولة تامة بمعرفة الطبيب المحنك بغير إختبار ميكروسكوبى اعنى بمجرد الرؤية . وقد دلت الاختبارات على ان الأشخاص الذين يصابون بهذا اللون من الاحتلام قد يعانون منه وقتا طويلا بغير أن يكون الاحتلام مصحوبا بأية أحلام . إذ يتراجع المنى إلى المثانة ليبقى فيها . وهم لايعلمون عن الأمر شيئا . بل قد يقولون أنهم كانوا يحتملون فيما مضى ولكن الاحتلام توقف نهائيا . إلا أنهم يشعرون بكثير من الضيق والاجتهاد عندما لستيقظون من نومهم فى الصباح ولايعرفون لذلك سببا . ولن يستطيع الطبيب الوصول إلى قرار فى مثل هذه الحالات المعقدة إلا إذا اختبر بول المريض الصباحى . . فعندئذ فقط . يكتسف أن المريض يعانى من أسوأ أنواع الاحتلام .



وقد يحدث هذا النوع من الاحتـــلام فى حالتين اثنتين ، فأما أن يكون ناتجاً عن ضيق تشنجى فى المجرى ، وفى هذه الحالة يدفع السائل المنوى نحو الخارج ولكنه لا يلبث أن يواجه عقبة الضيق هذه فيتخذ الطريق الأقل مقاومة ( وهذه الحالة تحدث أحياناً عند الجماع بل هناك حالات لا يفلح فيها أى قدر من الاحتكاك لقذف السائل المنوى إلى الخارج ، وفى هذه الحالة إما يتسرب هذا السائل إلى المثانة ) وإما أن يحدث الاحتلام فى حالات الضعف والانهاك حيث يحدث انتصاب على الاطلاق ، ويسيل المنى بغير قوة فلا يلبث أن يرتد إلى المثانة . وعلى ذلك فانه حين تشكو المريض فى الصباح للبحث عن السائل المنوى .

وقد يحدث فى بعض الأحايين أن يقذف السائل المنوى بعضه إلى الخارج والبعض الآخر فى داخل المثانة . وقد يكون إتماماً للبحث أن أقول إن بعض الأطباء يطلبون من مرضى السيلان أن يأتوا إلى عيادتهم بغير أن يتبولوا فى الصباح . ثم يحصلون على البول للبحث عن الخيوط الدالة على وجود مرض السيلان فيه وعندئذ يجدون فيه بضع نقاط من المنى . وقد جرت العادة أن يسأل الأطباء مرضاهم الذين يعانون من السيلان : هل احتلمت بالليل ؟ وتكون الاجابة فى العادة بالايجاب .

يوجد نوع آخر من الاحتلام يحسن ذكره ونعنى به احتلام العادة السرية ومؤداه أن الأشخاص الذين يدمنون ممـــارسة العـادة السرية يتعودون على العبث بعضوهم التناسلى حتى وهم نيام . . وفى هذه الحـالة قد يستيقظون بعد أن ينتهى كل شىء . فيظنون أنهم وقعوا فرائس

الاحتلام . أو يستيقظون وأيديهم لا تزال تعبث بأعضائهم التناسلية . والواقع أن هذه الحالة ليست احتلاماً بالمعنى المفهوم ولكنها حالة ممارسة العادة السرية بشكل غير عادى أو لا إرادى . والآن : وهل هناك شيء إسمه الاحتلام الفسيولوجى ؟

لقد ذكرنا من قبل أن بعض علماء الشئون الجنسية ينظرون إلى اصطلاح الاحتلام الفسيولوجى أو الاحتلام الطبيعى على أنه غير مسمى . وهم يصرون على أى احتلام يكون بالضرورة غير طبيعى . . ويعززون قولهم هذ بأنه ما دام الرجل يتمتع بحياة جنسية عادية ، أو بعباره أخرى أن الرجل الذى يمارس الجماع الطبيعى لا يحتلم . لأن الاحتلام يعنى دائماً امتلاء الحويصلات المنوية أو وجود هياج موضعى أو عام أو إنهاك قناة القذف أو حدوث أحلام جنسية وجميعها تحدث نتيجة للعفة غير الطبيعية . والواقع أن ما يقول به العلماء صحيح. ولكن ذلك لا يعنى طبعاً أننا نوافقهم على طول الخط .فهناك احتلام طبيعى. إذا قصد بهذا القول . الاحتلام الذى يحدث أحياناً لرجال يتمتعون بصحة جيدة ولكنهم ينزعون جانب العفة الجنسية . على أنه ينبغى ألا يغرب عن البال أنه إذا كان المجتمع الذى يعيش فيه الفرد مجتمعاً طبيعياً . فان الاحتلام يصبح نادراً فاذا . ظهر وجب أن يعتبر دائماً ظاهرة غير طبيعية .



## الفصل الثامن

## أسباب الإحتلام

لعل العفة هى أهم الأسباب المؤدية إلى حدوث الإحتلام ، فكما ذكرنا آنفا ، إذا تمتع الرجال جميعا بحياة جنسية طبيعية منذ يراهقون إلى أن تخبو فيهم الغريزة الجنسية ، فان الإحتلام يصبح فى هذه الحالة من الظواهر النادرة الاستثنائية ؛ ويحدثنا التاريخ بأن الاحتلام بأنواعه لم يكن معروفا بين القبائل البدائية أو بين الحيوانات ولكن الحضارة وتعنى بها الأحوال الاقتصادية والاجتماعية ، وقوانيننا المدنية والاخلاقية تفرض على الأفراد قيودا ثقيلة تقف حائلا بينهم وبين إرضاء غريزتهم الجنسية عل الوجه الطبيعى . . فكثيرا من الرجال يتزوجون بعد المراهقة بسنوات طويلة فى حين يحرص آخرون على الاحتفاظ بعزوبيتهم مدى الحياة ؛ لذلك فإن فرص ممارسة العلاقات الجنسية غير المشروعة محدودة تماماً ، وحتى إن توفرت هذه الفرص فإنها لاتؤدى مطلقاً إلى ذلك الشعور بالرضاء والاكتفاء الذين يشعر بهما الرجل الذى يمارس العلاقات الزوجية الطبيعية ، أضف إلى ذلك أن العفة قد تفرض على بعض الأفراد فرضاً ؛ سواء كان ذلك بمحض إختيارهم أم قسراً عنهم وفى هذه الحالة يلاقى الفرد أكبر العناء وأعظمه وقد تنهار صحته تحت وطأة ضغط الكبت أو قد تصاب بخلل خطير ونظرا لأن الطبيعة تحرص دائما على الإحتفاظ بصمام الأمان ، فإنها

تتخذ من الإحتلام وسيلة لتفريغ السائـــل المنوى الذى يتجمع فى الحوصيلات لأنها لاتستطيع أن تستوعب من هـذا السائل مايزيد على قدرتها .

من هذا نستطيع أن نقول بأن العفة هى السبب الرئيسى الطبيعى فى حدوث الإحتلام .

على إنه توجد عناصر متعددة من شأنها أن تخرج الإحتلام عن هذه الوظيفة الطبيعية ، فتجعله أكثر إصراراً وأعم حدوثاً ، من هذه العادة تجعل الأعضاء التناسلية فى حالة ضعف وإنهاك ، ينتج عن ذلك إنسيال المنى إذا توفرت أبسط أنواع المثيرات الجنسية لأن ذلك يحدث هياجاً جنسياً حاداً فتقل المقاومة ويحدث القذف .

وأما العناصر الأخرى التى تساعد على حدوث الإحتلام فهى : وجود التهاب فى مجرى البول الخلفى ، أو فى الحويصلات المنوية أو فى قناة القذف أو البروستاتا ومع أن حالات الإحتلام التى تحدث نتيجة وجود أكزيما حول الشرج أو بالقرب أكلان شديد فى هذه المنطقة أو الإصابة بالبواسير ، كذلك الإدمان على شرب الخمر وبخاصة شرب ( البيرة ) ، والأكل حتى التخمة ، والإمساك أو إمتلاء المثانة بما تضيق به من البول ، أو الجلوس فى غرفة شديدة التدفئة ، أو الغطاء السميك أو ترك القدمين عاريتين معرضتين للبرد ؛ أو مداعبة النساء أو قراءة القصص الخليعة أو رؤية المناظر الماجنة وتركيز الذهن فى الموضوعات الجنسية ؛ نقول أنه مع أن هذه الأسباب نادر أن تؤدى إلى الإحتلام فإنها من العوامل التى تساعد على حدوثه .



كذلك ينبغى ألا نغفل عن حشفة القضيب أو ثمرته أو فى منطقة الأعضاء التناسلية بصفة عامة ؛ فإنها من العوامل التى تؤدى إلى الإحتلام

وهناك نقطة هامة أخرى وهى العلاج الطبى قد يؤدى إلى شدة وطأة الإحتلام ؛ وهذا صحيح بصفة خاصة فى الحالات التى تستعمل فيها المجسات المعدنية أو تقطير نترات الفضة ؛ وكذلك تقطير أى محلول طبى فهيج ؛ وبخاصة إذا حدث الإحتلام ؛ وعلى ذلك فإن من واجب الأطباء المعالجين أن يستخدموا ذكاؤهم وحكمتهم عند علاج مرضاهم الذين يعانون من الإحتلام وبخاصة أولئك الذين يجب إستخدام المجسات المعدنية أو المحاليل الطبية فى علاجهم وفى هذه الحالة يحسن دائما البدء باستخدام محاليل ملطفة ( غير قوية ) . ثم يتدرج العلاج باستعمال المحاليل المركزة شيئاً فشيئاً .

وقد يكون تدليك البروستاتا العوامل المؤدية أحيانا إلى حدوث الإحتلام ؛ ولكنه من الحالات النادرة أيضاً .

## الفصل التاسع

## الاحلام المبتلة

إن العلاقة بين الاحتلام ( الأحلام المبتلة ) ؛ وحالة الأسبيرماتوريا والتبول الغير إرادى بالليل والعجز الجنسى من الموضوعات الهامة . فإن التبول الغير إرادى و العجز الجنسى هما غالباً تعبير عن حالة واحدة إصابة الجهاز البولى التناسلى بالضعف ولقد حرصت خلال أعوام طويلة على أن أسأل كثيرين من الأطباء المختصين فى الأمراض التناسلية على نوع من أنواع العجز الجنسى عما إذا كانوا قد إعتادوا أن يتبولوا فى فراشهم بالليل إبان طفولتهم . ولقد أدهشنى أن كثيرين منهم كانوا يتغلبون على حياتهم ويجيبون بالايجاب . بل لقد صرح كثيرون منهم بأن بعض المرضى ظلوا يعانون من هذه الحالة إلى أن بلغوا الثانية عشر أو الثالثة عشرة أو الخامسة عشرة من أعمارهم . ولكن بعضهم ظل يعانى من التبول فى الفراش ليلا إن أن بلغ مرحلة الشباب .

وعلى الرغم من الجهود الجبارة التى بذلوها والعلاج الطبى الذى نالوه فإنهم لم يستطيعوا أن يتخلصوا تماماً من هذه العادة المذمومة .

وفى الواقع أننى دهشت لهذه الحالات التى دفعتنى إلى الأسئلة الكثيرة لكى أخرج بنتيجة مرضية أظن أننى وفقت أخيرا على إكتشاف عظيم وكدت أن أعلن ذلك . ولكنى عدلت عن ذلك عند مراجعتى كتاب المائة سؤال فى الحياة الجنسية وعرفت أنه الطبيب



الكبير ولاحظت فيه أن وجود هذه العلاقة منذ سنوات طويلة وأن بعض الأطباء لاحظوها أيضا قبل ذلك بوقت طويل .

لقد ذكرت من قبل أن هناك علاقة بين التبول فى الفراش ليلا إبان عهد الطفولة وبين العجز الجنسى فى مرحلة الرجوله . وعلى ذلك فإن من واجب كل أبوين يلاحظان أن ابنها إعتاد التبول فى فراشه ليلا ألا يتوقفان عن علاجه حتى يبرأ من هذه النقيصة أن يؤدى ذلك إلى مالا يحمد عقباه فى مستقبل حياته .

وعلى ذلك أن التبول ليلا فى الفراش علامة حاسمة عل وجود خلل فى الجهاز البولى التناسلى ومن الخطأ الفاحش ألا تلتقى هذه الحالة ماتستحقه من إهتمام وعلاج .

كذلك ينبغى أن تعالج مثل هذه الحالة بنشاط شديد عند الاناث لأنها دليل أيضاً على وجود خلل أو إضطراب فى الجهاز التناسلى البولى، لأنه إذا كان ذلك لايؤدى إلى إصابتهن بالعجز الجنسى إلا أنه يدفعهن دفعاً إلى ممارسة العادة السرية أوالاصابة بنوع آخر من أنواع الانحرافات الجنسية .

على أنه ينبغى أن تؤكد هنا أن حالات التبول الغير إرادى فى الفراش ليلا قابلة للعلاج والشفاء سواد عند الذكور أم عند الأناث ولكن التهديد والعقوبة ليسا بالعلاج الناجح ؛ بل ربما يؤديا إلى اساءة الحالة .

## الفصل للعاشر

### سيلان بلا شهوة

المعنى الحرفى للاسبير ماتوريا هو سيلان المنى بلا شهوة ؛ ومع أننا قلما نلاقى الحالات المفزعة التى تحدث عنها لاليماندو تيسوه من أن المنى ينسال من بعض المرضى بلا توقف ولا إنقطاع ؛ إلا أن الحالات النادرة التى تصادف الطبيب فى عمله حالات تبعث على الحزن الشديد حقاً ؛ فعند حدوث أى تهيج ؛ سواء أكان إحتكاكا ميكانيكياً ؛ أو بسبب ضيق الملابس أو لامتلاء المثانة أو المستقيم ؛ أو بسبب أستعادة صورة ذهنية لحادث جنسى ؛ أو عند التبول أو التبرز ؛ أو حتى بغير مهيج على الاطلاق يرى المريض سائلا منويا — نعم ؛ سائلا منوياً محتوياً على حيوانات منوية ؛ كل هذا يحدث بغير أى تفكير شهوانى أو إحساس باللذة الجنسية بل بغير أى إنتباه أو إدراك من المريض . فشعوره لايتعدى إحساسه بأن تمرة القضيب مبتلة لزجة . فإذا ماخص هذا السائل مكرسكوبيا أتضح أنه يحتوى على حيوانات منوية ولو أنها قد يكون قليلة العدد . مشوهة التكوين إلى حدما . قادرة على الحركة ببطء ظاهر .

إن مرض الأسبيرماتوريا هو الحلقة الأخير فى سلسلة خسائر السائل المنوى غير الطبيعية . ذلك لأن أول هذة الخسائر هو الاحتلام ( الفسيولوجى ) عند النوم . ثم إحتلام النوم الباثوليجى ثم إحتلام



اليقظة . وأخيراً الاسبيرماتوريا على المريض يغير أن تسبقها أية إحتلامات . وهذه الحالة أكثر شيوعاً بين ممارسى العادة السرية المفرطين وبخاصة عندما يحاولون التخلص من عادتهم البغيضة . ومع ذلك فمن المحتمل جداً أن تطرأ عليهم حالة الأسبيرماتوريا ( سيلان المنى بلاشهوة ) وهم دائبون على ممارسة العادة السرية .

وتعليل هذه الحالة هو ممارس العادة السرية يهيج ويضعف مراكز الانتصاب والقذف ، كما أنه يعمل فى الوقت ذاته على إحداث إحتقان شديد فى مجرى البول الخلفى . وإضعاف الحوصيلات المنوية وقنوات القذف . وبهذا تنشأ الأحوال الملائمة لحدوث حالة الأسبيرماتوريا . على أنه من المشكوك فيه جداً أن يصاب الرجل بهذا المرض نتيجة إفراطه فى الجماع الطبيعى . وصحيح أننى قرأت عن بعض حالات الأسبيرماتوريا التى قيل أنها أعقبت الأفراط الجنسى ولكن الكتاب ذكروا أنهم حين فحصوا الحالة جيداً أتضح لهم أنها ليست حالة الاسبيرماتوريا الحقيقية ولكنها حالة برستاتوريا . على أن حالة الأسبيرماتوريا الحقيقية قد تحدث أثناء إصابة الرجل بمرض شديد فى العامود الفقرى .

## الفصل الحادى عشر

## أعراض الاحتلام والأسبيرماتوريا

إن المدى بين الاحتلام الذى يحدث أحياناً لافراغ الجهاز التناسلى الشديد الامتلاء بالسائل المنوى . وبين الاسبيرماتوريا فى أكثر درجاتها تطرفاً مما يهدد قوة المريض البدنية والعقلية بشر مستطير . نقول أن الفارق بين هاتين الحالتين عظيم إلى حد يجعل إختلاف الأعراض بينهما واسع المدى . فو معتدل رقيق فى بعض الأحيان حتى أنه من الجائز ألا يشعر به المريض . وهو شديد غاية الشدة فى أحيان أخرى لدرجة أنه قد يخيل حياة المريض ومن حوله عبئاً ثقيلا لايطاق والواقع أن أعراض الاحتلام الذى يطلق عليه إسم الاحتلام الفسيولوجى . تكون غالباً إزدياد نشاط الشخص . وشعوره بالانتعاش . وصفاء الذهن . ورشاقة الخطوة . وشدة الحماسة للعمل ولكن إغا زاد عدد مرات هذا الاحتلام . أو إذا ثقلت وطأته باقترانه بالاحتلام النهارى والاسبيرماتوريا . فإن الصورة التى رسمناها تتغير تغيرا كاملا . واليكم وصفا للاعراض التى تبدو على مريض يعانى من الاحتلام الشديد والاحتلام النهارى والاسبيرماتوريا .

### الأعراض

لعل أكثر الأعراض ظهوراً هو برودة القضيب وتغضنه وإنعدام حساسيته تقريبا بالنسبة للتيار الكهربائى ، وأما الخصيتان فيكونان



صغيرتين . كما يتأثران كثيرا باللمس . كذلك يكون الجزء الملاصق لمجرى البول شديد الحساسية . ويشكو المريض دائما من شدة الصداع ومن آلام فى مؤخرة رأسه ومن ضعف فى عضلات عنقة والعامود الفقرى . كما يشكو من إحساس بضيق عام فى المنطقة الواقعة بين فتحة الشرج والخصيتين . وأحيانا قد يشكو كذلك من صداع يؤثره على قوة إبصاره . وتكون الحلقتان المرسومتان حول عينيه فى بعض الحالات . ولسان مغطى بطبقة بيضاء شهيته معدومة بالكلية كما قد يصبح تهماً أكولا . ولكنه يعانى من الامساك ) فى جميع الحالات . ولو أن هذا الأمساك ينقلب فى بعض الأحيان إلى ( إسهال ) ومن المحتمل أن يتعرض المريض لنوبات من الدوار والقىء وحرقان شديد فى المعدة وغالباً مايعانى من ازم ياد إفراز الأحماض فى معدته ولاتلبث هذه أن تعقبها حالة نقص واضحة فى إفراز هذه الأحماض .

وقد تؤدى اضطرابات الهضم إلى حدوث هزال شديد بالغ . ولاشك فى أن الدورة الدموية تتأثر أيضاً . فترى المريض عاجزاً عن صعود السلم . أو الجرى وراء الترام أو سيارة الأمنيبوس فإن فعل فهو يلهث بشدة . وخفقان القلب من أعراض الحالة الشائعة .

وقد يحدث هذا الخفقان على أثر بذل أى مجهود مهما كان ضئيلا . وحتى لمجرد الانحاء لالتقاط أى سىء من الأرض .

وبعد تناول الطعام أو بعد حدوث أى أنفعال عقلى بسيط . كذلك بعد فقد أية كمية من السائل المنوى .

وفوق ذلك إن المريض يحس بحالة من الاعياء العام والتراخى .

كما يشعر بسخونة فى ساقيه وثقلا فيها وبخاصة بعد الظهر . فإذا تبول . وأطلق آخر قطرات من البول أحس بقشعريرة تسرى فى ظهره ثم فى جسمه بصفة عامة ( وهـذا العارض من الاعراض التى لا أذكر أن كاتباً أوطبيباً ذكر شيئا عنها ) وعلاوة على ذلك فقد يعانى المريض من آلام نور الجية فى الخصيتين .

ولـكن مهما يـكن من شأن الأعراض البدنية وشدتها . فإن الأعراض العقلية أخطر من ذلك بـكثير . وأشد وطأة . وأنا بالطبع لاأعنى الأفـكار التى تصطبغ بطابع الهيستريا التى تستقر فى أذهان الشبان الأغرار نتيجة قراءتهم البحوث غير الصحيحة .

ولـكن أعنى الأعراض الحقيقية التى يمـكننا أن نلاحظها فى أكثر الرجال اتزانا والذين يبذلون قصارى جهدهم لمحاربة هذه الأمراض والتغلب عليها .

ولاشك فى أن أكثر هذه الأعراض وضوحا هى الحاجة إلى تركيز الذهن وعدم القدرة على العمل المستمر المنظم .

فقد دلت الدراسات والملاحظات أن الرجل الذى يعـانى من الاحتلام الليلى والاحتلام النهارى وحالة الأسبيرماتوريا قلما يستطيع الاضطلاع بمسئوليات عمل هام يقتضيه تركيز ذهنه والدأب على العمل بلا كلل على أنه من المحتمل أن يستطيع مثل هذا الشخص أن يؤدى عمله على أحسن مايـكون ولـكن بشكل غير منتظم أو متواصل . .

فإن حاول التغلب على حالته فإنه لايلبث أن يشعر بفراغ فى رأسه بين الحين والحين فيضطر إلى التوقف ،



ولقد وصف لى بعض أصدقائى حالتهم عنده بقوله الحالة أصبحوا ألا يصلحوى لأداة أى عمل على الإطلاق . إنه إذا ما دهمته .

ومن الأعراض الهامة التى تظهر على مرضى هذه الحالة ؛ فتور عزيمتهم وانعدام طموحهم ؛ ولا يظن أحداً أن هذا التعبير خيالى لأنه أدق ما يمـكن أن يوصف به هؤلاء التعساء .

فان المريض لا يأبه مطلقاً لما يحدث حوله فهو لا يأبه أنجح فى عمله أم فشل ؛ ويشعر دائماً بانه قانع بما هو فيه . .

ولقد لاحظت أن علاج المرضى الذين تعتريهم هذه الحـالة يكون شاقا . . ولـكن إذا استعمل الطبيب الرفق واستعان بطول الأناة فى جعلهم يعتقدون أن الشفاء مستطاع فان هذا الوحى كفيل بأن يبعث الثقة فى نفوسهم ؛ ويجعل تقدمهم نحو التحسن مضطرداً ؛ فاذا ما زادت طمأنينتهم استردوا شيئاً من مرحهم وزاد إذاعانهم لارشـاد الطبيب وتوجيهاته . .

ومن الأعراض البغيضة ( فقد الذاكرة ) . وإنى لأؤكد للقارىء أن فقد الذاكرة فى الأشخاص الذين يعانون من فقد كميات كبيرة من السائل المنوى — بصرف النظر عن السبب الذى يؤدى إلى ذلك — كانوا دائماً موضع اهتمام ودراسة لأن هذا الحال يبين لنا بما لا يستطيع أن يبينه أى شىء آخر ؛ مدى العلاقة الوثيقة بين العقل والأعضـاء التناسلية ، فان فقد سائل حيوى محتويا على نسبة عالية من الفسفور ( وهو المنى ) لا بد ان يؤثر على العقل ، ولعل من المدهش أنه حين يوفق الطبيب إلى وقف الاحتلامات والأسبيرماتوريا فان الذاكرة المفقودة تعود لصاحبها .

وهذا عارض من الأعراض الهامة التى حدثت كانت دليلا على أن العلاج قد أوفى ثمرته وأن المريض يتقدم نحو الشفاء . لأنه من السهل إحداث تحسن ملحوظ فى حالة المريض العامة . كزيادة شهيته للطعام. وارتدائه ثوب العافية والقوة .

وفيما يتعلق بالحالة الجنسية لهؤلاء الأشخاص. فان الشهوة الجنسية تكون ضئيلة عامة.ولو أنها تزيد وتشتد عند الأقلية من هؤلاء المرضى.

ولكن مهما يكن من أمر.أن القوة الجنسية تضعف بشكل ملحوظ عند المرضى بهذه الحالة . ولهذا فهم يعانون من ضعف جنسى جزئى .

أسبيرماتوريا البراز والبول

يتضح لنا من وصف حالة الاسبرماتوريا السابق أن تأثيرها عنيف على الصحة البدنية والعقلية . على أنه ينبغى علينا أن تفصل من هذه الحالة العامة حالتين معتدلتين . وهما أسبرماتوريا البراز واسبرماتويا البول . وتفصيل الحالة الأولى أنه حين يحاول الفرد التبرز وبخاصة إذا كان البراز صلبا فان بضعة قطرات من التى تظهر عنه فتحة القضيب . وذلك نتيجة تقلص الحويصلات المنوية والعضلات . وقد تحدث هذه الحالة حتى عند الأشخاص الذين يتمتعون بأتم صحة . وعلى ذلك فان إسبيرماتوريا البراز هى أخف أنواع هذا الاضطراب . فاذا كانت لا تحدث إلا عند التبرز فقط فان أهميتها المرضية تافهة لا يعتد بها .ولو أن المرضى كثيراً ما ينتابهم الفزع حين يلاحظون هذه الحالة على أنفسهم .

وأما اسبيرماتوريا البول . فحالة أدق قليلا من الأولى وتحتاج إلى



علاج سريع وتحدث اسبيرماتوريا البول عندما يقبض الفرد عضلات بطنه محاولا التخلص من القطرات الأخيرة من البول . فى هذه الحالة يفقد مع هذه القطرات قطرات أخرى من السائل المنوى ولا شك فى أن اسبيرماتوريا البول تشير إلى إصابة الحويصلات المنوية وقنوات القذف بضعف شديد .

وعلى ذلك فإن حالات الاسبيرماتوريا مرتبة بحسب خطورتها هى كالآتى : — اسبيرماتوريا التبرز . اسبيرماتوريا التبول الاسبيرماتوريا العامة .

الكتاب القادم

المرشد
فى
العلاقة الجنسية

قريباً مع الباعة فى كل مكان

الثمن ١٥ قرش

## الفصل الثانى عشر

## البروستاتوريا

البروستاتوريا هى فقد سائل البروستاتا أو سيلانه ، وقد تحدث عند التبرز فقط ، ولكنها قد تحدث أيضا أثناء التبول ، أو بعد المشى النشط لمسافة طويلة . كما قد تحدث فى أى وقت من الأوقات وبغير سبب إذا مادب الضعف إلى البروستاتا .

وأهمية حالة البروستاتوريا ترجع ولو جزئيا إلى الحقيقة التى مؤداها أن المريض ( وهو غير قادر على التفرقة ) وبعض الأطباء غير المتخصصين فى الشئون الجنسية يخلطون بينها وبين حالة الأسبيرماتوريا .

### أهم دورا فى حياة الإنسان

ومع أن حالة البروستاتوريا أخف ضرراً بكثير من حالة الأسبيرماتوريا إلا أنه ينبغى ألا نقلل من شأنها أو نتجاهلها ، بيد أنه يؤسفنى أن أقول أن معلوماتنا عن البروستاتا وإفرازاتها . وهى من أهم الغدد الموجودة فى جسم الرجل . مازالت معلومات مشوشة . ولكن العلماء بدأوا يؤمنون بأن إفرازات هذه الغدة الهامة تلعب دوراً هاماً فى حياة الفرد أكثر مما كان مقداراً لها .

فنحن نعلم عن يقين أن افراز البروستاتا هام كل الأهمية لنشاط الفرد وحيويته ولقدرة الحيوانات المنوية على التلقيح .

ولكن هذا ليس كل شىء فهناك بعض الثقاة يعتقدون أن البروستاتا تفرز سائلا داخليا على جانب عظيم من الأهمية ولو أنهم لم يستطيعوا حتى الآن الوقوف على ماهية هذا السائل .



وعلى ذلك فإن فقد سائل البروستاتا بكثرة . كما هو الشأن فى حالة الإصابة بالبروستاتوريا . لايمكن أن يكون بالأمر التافه الذى لايستحق عناية ولاإهتماما .

وعلى كل حال فإن الأشخاص الذين يعانون من البروستاتوريا يشعرون دائما بالتعاسة وضيق الصدر والأعياء مثلما يشعر الأشخاص المصابون بالاسبيرماتوريا ويظل هذا شعورهم حتى يؤكد لهم الطبيب المعالج ، بل ويقتنعون بأن الحالة التى يعانون منها ليست بالحالة الخطيرة ذات الأهمية البالغة .

ويمكن التفريق بصفة قاطعة بين حالتى الاسبيرماتوريا والبروستاتويا بواسطة الفحص الميكرسكوبى فقط . فالصفة القاطعة فى حالة الاسبيرماتوريا ( إذا إستثنيناحالة أزوسبيرميا التى شرحناها فى كتبنا السالفة ) هى وجود الحيوانات المنوية فى حين يكون السائل أخف . وله تفاعل قلوى ضعيف ، كما أنه لايوجد أى حيوان منوى فى السائل فى هذه الحالة .

ومعنى كلمة اسبيرماتوريا وجود الحيوانات المنوية ( اسبيرمانوزن ) فى البول . وتوجد هذه الحالة فى الاحتلامات داخل المثانة التى أن شرحناها كذلك فى حالات الاسبيرماتوريا العامة . ففى هاتين الحالتين يعثر الطبيب على السائل المنوى فى كل قسم من أقسام البول ، أعنى أنه إذا صب الطبيب أجزاء من البول فى مخابير مختلفة وفحصها فانه يعثر فى كل منها على السائل المنوى وأما فى حالة اسبيرماتوريا البول . فإن السائل المنوى يوجد فى الجزء الأخير من البول فقط . وأما القسم الأول منه فقد لايكون فيه سائل منوى على الاطلاق .

## الفصل الثالث عشر

## اليوروثوريا

أن حالة اليوروثوريا أقل أهمية بكثير من حالتى الاسبيرماثوريا والبروستاتوريا مع أن اشتقاق الكلمة قد يكون ثقيلا على السمع إلا أن الاصطلاح نفسه قد اكتسب معنى محدداً . ومن ثم فيحسن أن نحتفظ به بدلا من أن نحاول أن نبتدع أو نخلق اصطلاحاً جديداً .

والمقصود باليوروثوريا هو ذلك الافراز الصافى الشفاف المخاطى الخالى من البكتريا ، وغير المعدى الذى يطلقه مجرى البول ،وهو بعبارة أقصر إفراز كمية زائدة من الإفراز الطبيعى الذى يفرزه مجرى البول الطبيعى.

وقد تصبح هذه الحالة عادة مألوفة بعد شفاء المريض من السيلان شفاء تاماً ، وبشرط أن تكون إصابة السيلان قد استمرت مزمنة وقتاً طويلا .

كذلك فان هذه الحالة ليست نادرة الحدوث بين من يمارسون العادة السرية باسراف شديد .

بيد أن حالة اليوروثوريا الخاصة التى تفزع كثيراً من الشبان وتدفعهم إلى الالتجاء للطبيب هى حالة ( يوروثوريا إكس ليبيدو ) ، أى اليوروثوريا التى تسبق الشهوة الجنسية ، فنى كثير من الرجال ، سواء أكانوا شباناً ،قد تؤدى أية إثارة للشهوة الجنسية إلى ظهور قطرات قليلة من سائل شفاف له قوام الجلسرين عند نهاية مجرى البول الخارجى .

وهذا السائل عبارة عن الإفراز الزائد لغدد ليترية وكوبر ومورجانى ،وإذا ظهر بين الحين والحين فان المرضى يفزعون من هذه



الحالة اعتقاداً منهم أنهم يفقدون سائلا منوياً ثميناً بغير مبرر وبأن هذه الحالة ستؤدى بهم يوماً إلى الإصابة بالضعف والهزال والعجز الجنسى.

وإذا ما فحص السائل المفرز تحت المجهر ( المكروسكوب ) . أتضح أنه سائل مخاطى لا يحتوى على أية حيوانات منوية أو على كرويات بوتشر.

فإذا كان المريض شخصاً متزناً معقولا فإن مجرد شرح الحقيقة له يكفى لأن يضع حداً لقلقه وانزعاجه ، وأما إذا كان ممن يعانون من النوراستانيا الجنسية ( راجع كتاب مائة سؤال فى الثقافة الجنسية ) فلن يكون الأمر سهلا هيناً .فأنت تستطيع أن تشرح له الحالة،وتعيد شرحها مرة ومرات ، ولكنه مع ذلك لا يقبل الاقتناع بأن الحالة تافهة لأنه يعتقد اعتقاداً جازماً أن شيئاً خطيراً قد ألم به وأنه يفقد ( طبيعته ) ورجولته قطرات فقطرات .

### ظاهرة بلا زمة

لقد ذكرنا من قبل أن حالة ( اليوروثوريا اكس ليبيدو ) ليست بذات أهمية إذا حدثت بين الحين والحين .

ولكن ذلك لا يعنى مطلقاً أنه لا بأس من إهمال هذه الحالة وعدم علاجها . لأنها تحمل فى أطوائها أخطر جميع الانحرافات من الحالة الطبيعية.وإذا أهملت ولم يوضع حد نهائى للأسباب المسئولة عن حدوث حالة اليوروثونيا فقد تزداد الحالة سوءاً ، وتصبح كمية الافراز أكثر غزارة . وأخف قواماً ، أى يصبح مائياً عكرا . فى حين يفقد غشاء مجرى البول المخاطى قوته على المقاومة ، وقد ينجم عن ذلك حدوث إلتهاب بكثير .

ومن المحقق أن الأسباب المسئولة عن حدوث حالة اليوروثوريا

كفترات الخطوبة الطويلة ، وما يستتبعها من هياج جنسى لا ينتهى إلى جماع طبيعى قد تؤدى إلى الإصابة بالتهاب شديد فى مجرى البول الخلفى، وقد تؤدى إلى سرعة القذف والإصاب بالضعف الجنسى النسبى؛ولكن هذه الحالات إنما هى تأثيرات تلازم نفس السبب ؛ أو بعبارة أخرى أنها ظواهر ملازمة ؛ ولكنها ليست نتيجة الإصابة بحالة اليودوثوريا.

## الفصل الرابع عشر
## كيف نعالج الاحتلام

إن القول بأن المريض لاأسم المرض هو الذى ينبغى علاجه قد أصبح قولا صحيحاً بعد التجارب والاختبارات الحديثة .

ولكن القول أصح بالنسبة للأمراض الجنسية مما هو بالنسبة للأمراض الأخرى .

فالطبيب الذى ينوى علاج الأمراض الجنسية على ضوء قواعد مقررة ، أو عقاقير معينة منقولة عن كتب الطب القديمة سيلاقى الفشل حتما فى علاج الأمراض .

ذلك لأنه من المهم جدا لنجاج الأمراض الجنسية أن يقرر الطبيب المرحلة التى بلغها المرض .

فمثلا أن العلاج الذى يفيد كل الفائدة فى حالة المريض الدموى يسىء كل الاساءة إذا إستخدم مع مريض يعانى من الضعف الشديد .

وما احسبنى مغالياً إن حاولت أن أجعل القارىء يؤمن بضرورة التفرقة

ولهـــذا فاننى أعتقد أنه من واجبى أن اضرب لذلك مثلين لنأكد الحقيقة :



إن الطبيب العادى يعلم علم اليقين كيف يستخدم بروموروالبوتاسيوم المفيد فى حالات الاحتلام .

كذلك يعلم مرحلة من مراحل الاحتلام يكون بروموروالبوتاسيوم نافعاً أنه نافع فى حالات الأشخاص الأصحاء . الذين يلزمون جانب العفه فى حياتهم الجنسية ، وأيضا ، حينما يقترن الاحتلام بأحلام مثير ، فى هذه الحالات قد يفيد إستخدام البروموروفى العلاج فائدة كبيرة .

وأما إذا كان الاحتلام كثيراً متعاقباً ، وصحبه إنتصاب ضعيف ، كذلك إذا حدث بغير وعى من المحتلم ، فإن إستخدام البروموروفى يكون شديد الضرر .

وإستخدام البروموروفى علاج حالة الأسبيرماتوريا بالغ الضرر فقد شكا إلى عشرات المرضى من أنهم منذ أن بدأوا يتناولون عقاقير معينة بدأت حالتهم تسوء أكثر فأكثر ، وعندم أطلعت على تركيب العقاقير التى يشكو منها ، اتضح لى أنها تحتوى . على بروموروالبوتاسيوم .

## علاج الرجولة المفقودة

أما الآن بالنسبة للبروموروفى ينطبق أيضاً على الاستركنين . فهذا العقار نافع جداً فى مراحل الضعف الشديد ، أما إذا استعمل فى حالات الأصحاء كثيرى الدم ، أوفى مرحلة الالتهاب فإنه يكون عظيم الضرر .

كذلك قد تسىء الحمامات الباردة أو الاغتسال بالماء البارد حالة الاحتلام بدلا من التخفف منها .

خلاصة القول ، إنه من الضرورى جداً أن يكيف الطبيب الحالة التى تعرض له على ضوء ظروفها وملابساتها .

فإذا إستطاع القارىء أن يستوعب المعنى الذى تحمله العبارات السالفة فإنه يستطيع أن يدرك الفائدة التى يمكن الحصول عليها من علاج (الرجولة المفقودة) الذى يتعرض لها بعض الأفراد حين يعانون هذه الاضطرابات الجنسية

## العلاج النفسانى

ينبغى أن يكون علاج أى أضطراب جنسى مشتملا على الأنواع الثلاثة الآتية .

ويشمل الناحيتين العامة والموضعية . والمقصود بالعلاج النفسانى هو شرح الحالة كما هى بالدقة للمريض والعمل على محو المخاوف المبالغ فيها والتى قد يعانى منها . وإيضاح الحالة له وبأنه إذا إستعان بقليل من الصبر وعاون الطبيب فإن شفاءه مستطاع ومحقق .

ونعلم جميعا الضرر البالغ الذى تحدثه قراءة الكتب غير الطبية أو التى يدبجها أدعياء الطب .

والأثر العميق الذى تحدثه فى نفوس الرجال فيما يتعلق بفقد السائل المنوى فالمريض الذى يلاحظ أن قطرة أو قطرتين من المنى — ولعلهم لايكونان من المنى ، بل إفرازاً برستاتيا . نقول إذا لاحظ المريض تساقط هذه القطرات من القضيب أثناء التبرز أو بعده ، فان ذلك قد يشيع فى نفسه فزعا قاتلا قد لانكون مبالغين إن قلنا إنه قد يتجسم إلى ن ينتهى بالمريض إلى مستشفى المجاذيب .

إذ من المحقق أن هذه الأفكار السوداء المقبضة توثر على الجسم كله ، وقد يمتد التأثير إلى العقل كما ذكرنا .

فأما إذا أكد الطبيب المعالج للمريض انه يفقد فى مرة جماع واحدة



سائلا منويا يعادل ، وإن لم يرد على مايفقده بالطريقة الأخرى فى مدى أسبوعين أو أثنين .

وإذا شرح له أن فقد بضع قطرات قليلة من السائل المنوى بعد التبرز لايزيد طبيعية كونها عن كونه ظاهرة ضغط البراز الجاف على الحويصلات المنوية ، وإلى تقبض العضلات الخ ، نقول أن مثل هذه التوكيدات خليقة بأن تخفف من حدة مخاوف المريض فيتقبل علاج الطبيب بالأمل فى الشفاء .

بالطبع أنا لاأرمى من وراء ذلك أن يسخر الطبيب من مخاوف المريض ويسفهها أو أن يقول له أن ( الحالة ) تافهة ، فتلك هى السخافة بغير شك لأن الحالة ليست تافهة ) .

ولكن من الضرورى أن توضع الأمور فى مواضعها الصحيحة .

ومن ثم فعلى الطبيب أن يحرص دائما على أن يشرح الحالة كما هى للمريض ، لأن ذلك كفيل بأن ينيله ثقته التامة ، وتعاونه الكامل .

وبذلك يكون الطبيب والمريض معاً قد ربحا .

## أهمية العلاج

لاشك فى أن إستخدام البروموز نافع جداً فى علاج حالات الإحتلام الليلى المصحوب بالإنتصاب والأحلام الجنسية المثيرة عند الأشخاص الأصحاء .

وأنا شخصياً أصف من ١٠ إلى ١٥ حبة من بروموز سترونشيوم أوبروموز الصوديوم يتناولها المريض فى الساعة الرابعة مساء ، ويتناول جرعة مماثلة فى الثامنة مساء ، ومن عشرين إلى ثلاثين حبة عند النوم .

ويحدث كثيراً أن أمزج البرومور باللوبيولين وأحادى برومور الكافور. فإذا كانت الحالة أكثر إستعصاء فانى أضيف إلى هذ المزيج عنصر الهايوثايامين .

أما لماذا كان العقار الذى تدخل فى تركيبه هذه العناصر أدعى كثيرا إلى النجاح من غيره فمن الأمور التى لاأستطيع أن أجد لها إجابة شافية .

ولكنى ، بر غم ذلك ، واثق من عظم النتائج التى يحققها ، وليست ثقتى فى هذا العقار عائدة إلى نجاحه فى مئات الحالات التى إستخدمته فيها ، بل لأن عشرات الأطباء إستخطموه وأثنوا عليه كل الثناء .

ولقد نشرت عنه فى إحدى الصحف الطبية وسرعان ماانهالت على الرسائل من الأطباء ، والجمهور أيضاً ، تشير إلى النتائج الباهرة التى أدى إليها إستخدام هذا المركب .

وكثيرا مايخطىء الطبيب فى هذه الحالات فيصف لمريضه الاغتسال بالماء البارد ذلك لأن للماء البارد رد فعل ، ورد الفعل هذا يزيد من الانتصاب والانزال بصفة عامة .

فإذا كان لابد من وصف الاغتسال للمريض ، فليكن ذلك بالماء الدافىء كما ينبغى ألا يعقبه تجفيف عنيف ، وإنما يكفى تجفيف الجسم برفق وذلك بالصاق المنشفة بالجسم أو الدعك الخفيف الرفيق .

ويجب أيضاً الحذر من الامساك وتجمد البراز فى المستقيم مهما كان الثمن .

والوسائل التى تحقق هذه الغاية كثيرة منها على سبيل المثال لا الحصر



عقار كسكارا والأملاح الملينة ( فيما عدا الصبر ) والحقن الشرجية بأنواعها ( فيما عدا الجلسرين ) . وأى شىء آخر يحول دون حدوث الامساك . وجفاف البراز .

وعلى الطبيب أن يطالب مريضه بالاقلال من شرب السوائل إقلالا ملحوظاً إبتداء من الساعة الرابعة مساء حتى صباح اليوم التالى وأن ينهاه عن تعاطى المشروبات الروحية تماما :

وأما التدخين فله نفعه فى هذه المرحلة (وسنرى فيما بعد أن التدخين يؤدى إلى حالة تختلف تماما فيما إذا كان المريض ضعيفا منهوك القوى ) كذلك يجب أن ينام المريض على جانبه وليس على ظهره .

وأن تكون الحشية صلبة ، وألا يكون الغطاء ثقيلا ، وألا يصاحب الأشخاص الذين يدأبون على إثارة الغريزة الجنسية بأقاصيصهم المثيرة . وألا يقرأ الأدب المكشوف وأن يقاوم جهد طاقته كل الأفكار التى تدور حول المسائل الجنسية .

وفيما يتعلق بالاحتلام الليلى الذى لايقترن بأى احساس جنسى ، والاحتلام النهارى الذى لايرجع إلى تهيج موضعى أو فى العامود الفقرى ، فإن إستعمال الاستركنين ضرورى للعلاج .

ومع أننى أبدأ فى العادة بكميات ضئيلة ١ — ١٠٠ حبة ، أتدرج أحياناً بهذه الكمية حتى تبلغ ١ — ١٢ حبة ثلاث مرات فى اليوم . وكثيراً ماأمزجه بجوهرى الهايواستين والأرجوتين .

إن غسل منطقة الشرج بالماء البارد تفيد اعظم الفائدة ، بل أن الفائدة التى تجنى من هذا الاغتسال تكون مباشرة . ويحسن دائماً أن

يكون الاغتسال بقطعة من الأسفنج ، وأن يتم قبل الذهاب إلى الفراش ليلا ، وعند الاستيقاظ من النوم صباحاً .

الاغتسال العظيم

وهناك محلول خاص يدخل عنصر ( أثير الخليك ) فى تركيبه . وقد دلتنى إختباراتى على أن إستعمال هذا المحلول فى الاغتسال عظيم النفع من الناحيتين النفسية والبدنية .

وسبب ذلك أن المريض يحرص على إستعماله بدقة تنفيذ لارشادات الطبيب ، فى حين أنه لايعنى بالاغتسال بالماء البارد العادى كما ينبغى .

ولما كان المرضى الذين يعانون من الاحتلام والاسبيرماتوريا يشعرون غالباً بالآم وضعف فى العنق والعمود الفقرى فإننى أستخدم إحدى الوسائل الثلاث الآتية فى علاج هذة الحالات :

١ — تغطيه الظهر كله بطبقة من مجمع اللصق « طبابه » على أن يبقى هذا اللصق فترة تتراوح بين خمسة عشر أيام .

٢ — الكهرباء .

٣ — دهان الظهر ليلا فقط ، أو ليلا وصباحاً بمزيج أساسه الكلوروفورم والبلاذونا ، بشرط أن يستخدم فى الدهان فرشاة من شعر الجمل ، وبشرط أن يكون سريعاً .

ومن مزايا الدهان الأخير أنه يؤلم المريض ألما شديداً مدة دقيقة أو اثنين ، ولكن النتائج التى تترتب على إستخدامه رائعة باهرة بالنسبة للطبيب والمريض معاً فقط يجب ألا يدهن الظهر بطول العامود الفقرى ، ويكفى فى بادىء الأمر دهان الثلث الأول من العامود



الفقرى . وفى المرة الثانية يدهن الثلثان الثانى والثالث ثم يدهن الثلث الأول ابتداء من العنق وهكذا . فان اتباع هذا النظام من شأنه عدم حدوث قروح . وهذا الدهان عظيم النفع من حيث أنه يقوى العضلات الضعيفة فضلا عن أنه مقو عام للجسم كله .

ومهما يكن من أهمية العلاج الأدبى والعلاج العام . فانهما لا يزيدان على كونهما عاملين مساعدين للعلاج الموضعى . ونعنى به علاج المجارى البولية والشرجية . وهو العلاج الحاسم الذى لا مناص منه فى السواد الأعظم من حالات الاضطرابات الجنسية عند الرجال .

## الفصل الخامس عشر

## البروموز والزواج

### كبلسمين شافيين من الإحتلام والاسبيرماتوريا

قبل أن أنتقل من موضوع علاج الإحتلام ; أرى لزاما على أن أقول أن العلاج بالبروموز وغيره من المسكنات إن هى إلا وسائل حتمية أكثر مما هى مجدية وغالباً ما تكون مجدية ولكنها تكون أيضاً مؤذية . فاذا كانت أكثر إيذاء فى بعض الأحايين فانها تكون أيضاً أكثر تأثيراً وقد يبدو قولى هذا على شىء من الغموض . ولذلك فسأبادر بإيضاحه . لأن المسألة على جانب عظيم من الأهمية بحيث تستحق بعض الشرح والتفصيل .

يختلف العلاج الطبى الحديث اختلافا بينا من العلاج المضطرب الذى كان يستخدمه أسلافنا . من ناحية أنه ( أى العلاج الحديث ) يقضى

بضرورة إزالة سبب المرض كلما كان ذلك فى حيز الإمكان . بدلا من علاج الأمراض فقط .

بيد انه يبدو أننا ننسى هذا المبدأ عندما نعالج الاحتلام الليلى الناتج عن أحلام جنسية .

والسؤال الآن :

ما سبب احتلام الرجل القوى الصحيح البنية ؟ أنه بغير شك الاخفاق فى إرضاء غريزة عادية طبيعية . فانه من الأمور العادية . بل والضرورية . أن يمارس الرجل الراشد الجماع بين الحين والحين طالما أنه يتمتع بصحة جيدة .

فإذا جاءنا رجل فيما بين الخامسة والعشرين والثلاثين من عمره وشكا لنا من الاحتلام لأنه لم تتح له فرصة ممارسة الجماع . فإن الشىء العلمى الصحيح الذى نستطيع أن نفعله من أجله هو أن نقول له « إذهب ومارس الجماع » .

ولكننا بدلا من أن نفعل ذلك نبادر إلى كبت نشاطه الجنسى ونقلل من حيويته العامة بالاستعانة بمخدرات ضارة مؤذية :

ومع ذلك فإننا لا نتصرف مثل هذا التصرف حين نعالج أى اضطراب آخر بشرى . فمثلا إذا جاءنا مريض يشكو من صداع مؤلم واكتشفنا أن سبب هذا الصداع هو الحاجة إلى الهواء الطلق . أو نقص فى عمل الكليتين . فإننا . إن كنا أطباء يستأهلون هذا الاسم . لا نلجأ إلى حشو المريض بالمسامير .





من المسائل الدقيقة المختلف فيها . مسألة التثقيف الجنسى وعلى من يجب أن تقع ؟

فإذا كان من الضرورى ومن المشروع الاطلاع اليافعين على أسرار التناسل منذ أن يستيقظ فصولهم نحو هذا الموضوع . فإن من غير المفيد ومن الضار أحيانا أن نوقظ الرغبة الجنسية لديهم قبل الأوان . عن طريق التثقيف .

ولقد رأينا فى بحث البلوغ مقدار التفاوت الملحوظ فى سن البلوغ وصعوبة تحديد زمنه للبنين بصورة خاصة . مما يجعل التعليم مستحيلا فى المدارس حيث يتناول التعليم جمعات لا أفرادا . ولا بد من أن تجنيب الطفل فى الوقت نفسه مساوىء أخذ المعلومات الجنسية من أترابه ورفاقه والكلمات التى يلتقطها من هنا وهناك . قد يقرأ فى الكتب والمجلات . وهى تأتيه فى العادة فى قالب سليم . وقد تكون مصدرا لكثير من الانحرافات الشاذة لديه .

فمن أهم الأشخاص القريبون من الطفل والذين يستطيعون اكتشاف بوادر فضوله الأولى . وينحنون على روحه الفتية بعطف وحنان ؟ . أليسو الأب والأم والأهل والأقربين ؟ بلى . وعليهم هم يقع واجب النهوض بأول ثقافة الطفل الجنسية .

وما الذى يتناوله هذه الثقافة ؟

فليتذكر الأبوان خيالتهما المجنونة أيام طفولتهما ولبثقفا أولدهما قبل كل شىء حول مسائل الأمومة والولادة التى تهم الأطفال قبل كل

مسألة . والتى يتلقون عنها عادة معلومات تختلط فيها الحقيقة بالخطأ اختلاطا غريبا . أن فى الوسع تثقيف الأطفال حول هذه الناحية بكلمات قليلة تكفى دون ريب لأشباع فضولهم مدة من الزمن .

وتكون دقة هذه المعلومات الأولى وكثرتها متناسبة مع عمر الطفل ودرجة غره العقلى . والطفل نفسه متى آنس من أهله الرغبة فى إجابة على سؤالاته . يقوم بالقاء سؤالات يجيب عليها الأبوان بقدر الإمكان محاولين ألا يتخلصا من الأسئلة المحرجة بالكذب فى أى حال من الأحوال . وليذكر الآباء والأمهات أن كل كلمة يقولونها ستنطبع فى ذاكرة الطفل فلا ينساها قط .

أن الفكرة الخاطئة قد تكون نقطة انطلاق فى انحراف خطير فى بعض الأحيان . مما يوجب عليهم أن يقودوا خطوات الطفل نحو معرفة أسرار الأمومة والتناسل خطوة خطوة . بصورة تدريجية .

ومن الضرورى أن يعلم الطفل . فى الوقت المناسب والصبى بصورة خاصة . معنى بعض الحوادث التى يحس بها فى ذاته . ولا يقف الحياء الكاذب بين الأبوين وبينه فى هذا المضمار .

ومن جهة أخرى يجب ألا تتكاثر المعلومات على الطفل دفعة واحدة وتتخذ طابعاً سريا يعطيها أهمية مبالغا فيها .

فالتعليم الجنسى يجب أن يتم بشكل أنيس عائلى . ككل تعليم . وبذلك لا يتجاوز حدوده .

ومن المعلوم أن كثيرا من الآباء والأمهات يترددون فى سلوك هذا السبيل بتأثير الحياء . خشية أن يلقوا على روح أطفالهم الفتية ظلالا



قاتمة سببها هذه المعلومات ( المزعجة ) .

على هؤلاء الآباء والأمهات أن يفهموا أنهم مخطئون خطأ بالغا فى معظم الأحيان حين يتصورون أطفالهم بريئة كل البراءة . فما أسرع ما نستيقظ مخيلة الطفل . فى أى وسط كان . نتيجة لطرف من حديث سمعه . أو لمشهد الحيوانات أو لصورة لمحتها عينه بطريق الصدفة .

وما أن تستيقظ هذه المخيلة . حتى تبدأ القضية فى أشغال بال الطفل ويزداد انشغاله بما يلقاه من صد وتعنيف إذا ألقى سؤالا عنها . فالممنوع مرغوب . والسر محرك كبير للفضول . وتكون النتيجة أنه يحصل من المعلومات التى تمنعها عنه العائلة ومن رفاقه المتقدمين سناً بالنسبة اليه . والله يعلم ما يقولونه له آنذاك . وما يرونه إياه على سبيل الاطلاع والتعريف .

فهل تساءل الآباء والأمهات ذوو الحياء المسرف عمـــا يفكر به أولادهم الذين تلقنوا معلومات عن الحياة الجنسية رغما عنهم ؟

وهل فكروا فى أن سكوتهم المجرم لا يترك لدى أطفالهم سوى عادة النفاق والتستر وهى من أسوأ الشرور ؟

وينبغى أن لا ينسى أن التعليم المشترك فى المدارس لا يلقن الأطفال المعلومات النظرية وحسب، بل يلقنهم بعض الأعمال التى لا حاجة للتوسع فى ضررها وأذاها .

فاذا كان من الصعب مقاومتها مباشرة ، فان من السهل تحذير الصبى حيال كل أغراء قد يتعرض له . ولا يذهبن الظن إلى أن مثل هذه المعلومات ستجر انتباهه إلى أشياء لم يسبق لها التفكير فيها ، وإلا أن

هناك خطرا عليه من تحذيره من خطر قد يكون وهميا. فمن السهل الإجابة على ذلك بأن هناك عزات جرباء فى مكان وأن الأطفال الذين لم يتعرضوا فى يوم من الأيام لمثل هذا الأغراء قلائل جداً .

ولكن ينبغى أن نقول منذ الآن أن واجب أباء يدعوهم إلى تجنيب أطفالهم هذه الأخطاء فاذا كان الاستمناء باليدلا يسبب كل هذه الأخطار التى ينسبونها اليه ، فلا ريب أن له آثارا ضارا فى الصحة العامة وفى صحة الأعضاء التناسلية لدى المراهقين الموجودين فى دور النمو . وهذا السن هو الذى يتأثر بالمغريات من هذا النوع وهو الذى يكون فيه مكافحة هذه المغريات من أشق الأعمال .

ولا يكون الخطر أقل فيما يتعلق بتوجيه الرغبة الجنسية. أن المغريات الوحيدة التى يتعرض لها فى هذا السن تكون على الأغلب فتى وفتى — وفتاة وفتاة قد تكون لها آثار لاحقة شديدة الإيذاء. وكثير من حوادث الشذوذ إنما ترجع إلى أيام الطفولة أو بدء المراهقة ، ولا ريب فى أن رقابة أكثر انتباها وذكاء يبديه الآباء والأمهات والمعلمون والمعلمات من شأنهما أن يوفرا على البالغين كثيراً من الخيبات التى تنطوى عليها مثل هذه أمراض الخلقية .

ثم ها هو ذا الطفل قد شب عن الطوق ، ودخل سن الشباب فاذا كان قد تثقف وفقا للطريقة التى ذكرناها كانت لديه كثير من المعلومات ولا بد لتوقده من أن يدفعه آنذاك إلى تجارب أخرى . فهل يقف دون أبويه ومربيه عندا عند هذا الحد .

هل يترك نفسه ليكمل ثقافته الجنسية كما يتفق له؟



من السهل أن نرى مقدار ما ينطوى عليه هذا الاحتمال من الأخطار.

أن هذه الفترة تتطلب على العكس . عناية أكبر من الآباء والأمهات. وتوجب عليهم أن يطلعوه على آلية العلاقات الجنسية. وأن يضعوا هذه الأعمال فى مكانها الصحيح وأن يطلعوه بصورة خاصة على الأخطار التى تهدد صحته من جراء وقرعة دون احتياط فى شراك المغريات . وقد رأينا أن ذلك ضرورى خصوصاً لما ينتشر حول هذه المواضيع من أوهام مشئومة تجعل من الضرورى اتخاذ التدابير لتجنيب الشاب الوقوع فيها. فهذه الأمراض تلحق ببعض البلدان إصابات واضرارا تعادل جميع الأوبئة مجتمعة .

ومن الأوهام السخيفة الشائعة أن كل شاب لا بد له من فترة (يجهل) فيها على حد التعبير الشائع . أن انتشار هذا الوهم مسئول عن الوقوع فى كثير من الأمراض الزهرية التى ينالها الشباب لقاء هذا (الجهل) ولو عرف الشباب ما سينالهم من أخطار وآلام لقاء هذه اللحظات من اللذة لأحجم الكثيرون منهم عن الصلات المشبوهة .

ولنقل لفتياتنا أن كل لذة ينالونها من امرأة تبيع الجسد . إنما هى لذة مشوبة بانحطاط من يستثمر ضعف بائعة اللذة وحاجتها . ليشترى منها جسدا باردا لا عاطفة فيه . وبانحطاط من يحول الإنسان إلى سلعة تباع وتشترى وهو أسمى الكائنات .

أننا لا نخفى أن هذه الثقافه صعبة التلقين. وقد يصعب على الكثيرون القيام بها ولكن على المربين واجبات نحو أطفالهم تجعلهم يواجهون هذه الصعوبات ويذللونها ليقدموا للبلاد جيلا صحيح الجسم سليم التفكير . معتدلا فى سلوكه الجنسى كل الاعتدال .

## وأخـــيراً

وأخيراً نتكلم عن الصحة الجنسية وهذا يعنى أنها تتطلب العناية كباقى الأجزاء، لا أكثر ولا أقل ولقد أسبغت الأوهام على هذه الأعضاء صفة الانحطاط والدنس حتى ليكاد بعض الناس يستحون من غسلها كما يستحون من الكلام عنها والحق أن الوظائف التناسلية فى أجسامنا ليست أكثر انحطاطاً من بقية الوظائف فإذا كان من غير اللائق الحديث عن بعض الأعمال الجسدية، رغم ضرورتها، فكذلك لايليق الحديث عن الأعمال الجنسية، ولكن ذلك لايشكل عذراً لإهمال الأعضاء التناسلية وعدم السهر عليها كما نسهر على جهاز الهضم وتتمة.

إن غسل هذه الأعضاء بعناية ودون مبالغة عمل يجب أن نعود عليه اطلأفال جميعاً، فيستمر المراهق والمراهقه على القيام به دون أن يروا فيه سوى عمل صحى كغسل الفم والأسنان، فإن خير وسيلة لتأخير يقظة الفضول الجنسى هى أن تقلل من حجاب السر حول الأعضاء الجنسية.