

性情中人

主编:梁倩薇

夜话

姜丽萍

本栏目特约主持

国家职业心理咨询师、中国心理卫生协会会员、广东省社会医学研究会心理咨询专业委员会委员,擅长性心理、婚恋心理的研究和咨询。

想请姜丽萍回答问题,请email至信息时报邮箱 welove@xxsb.com收转,信头标明“姜丽萍收”。

英国学者通过对3500人进行长达10年的跟踪研究发现,男女之间的性欢乐有助于常保青春。

性爱让你更美丽

听说做爱可以保持青春是这样吗?我和他每周有3~4次,是否太多了?

1、性的愉悦是维持青春的一个重要因素,定时享受鱼水之欢的人,他们的身心都会保持最佳状态。

2、性爱的过程尤其性高潮在其中的作用功不可没,因为它促进了雌激素的分泌。

3、适度的性生活让你的容颜不老。激情相吻能让你面部肌肉活跃起来从而增加皮肤弹性;做爱过程可促进雌激素分泌使皮肤变得嫩滑光洁;由于性兴奋促进面部的血液循环,利于皮肤吸收养分排泄废物。这些是不是相当一次美容护理呢?

3、性满足获得的愉悦利于心理健康,好心情让你笑逐颜开。被快乐包围春心荡漾的女人哪个不表现出美丽和自信?

4、和谐的性生活能帮助夫妻消除冷淡加强情感交流,夫妻恩爱是保持健康战胜疾病延年益寿的重要支柱。

5、经常有“闺房之乐”可使大脑思维活跃,促进新陈代谢,进而防止脑老化,具益智作用。充满智慧反应敏捷的你当然更年轻。

6、适度的性生活可提高体内的免疫球蛋白,增强免疫系统的功能,抵抗力强,就会远离疾病的困扰。保持一生强壮的好方法是拥有一颗青春的心。

7、一种特殊的健身方式。在性唤起和性高潮期间,伴随着肌肉的收缩和舒张,欢愉中上下肢、腰部、臀部等处的肌肉都可获得大幅度的锻炼。

就男性而言,任何一种体育锻炼都能增加睾酮激素,性生活也不例外。这种神奇的激素有助于维持性驱动力并助于骨骼和肌肉的发育。性生活的质量越高,增强体力的效果越好。

他不是我想要的男人

1号险情:新婚的新鲜感消失了,我开始慢慢地反感老公的一切。

东方越:

你好!我和丈夫恋爱两年,结婚四年。而现在,我突然发现一个日益严重的问题:我和他性格不合。

也许是热恋的激情已经荡然无存,也许是新婚的新鲜感消失,总之,我开始慢慢地反感老公的一切:优柔寡断、胆小懦弱、不思进取还不擅言辞……不过呢,这些可能也是他的优点:温柔

颖:

难道一纸婚书竟成为了你们的“照妖镜”?拜托,你这样的气氛渲染,会让天下所有有情人望而却步。

说实话,看了你的信,我有点气不打一处来。不妨来假设一下,如果你丈夫突然升职加薪,你会不会有恋爱时的感觉,变回很欣赏他?其实你写信给我未必是真想探讨男女问题,而是企图把一些功利性的话题带进来,例如社会环境中一个男人的生存与发展前途,同时你也把这些庸俗的问题,带进了你们的爱情,并倔强地认为那就是评判标准。

其实“性格不合”根本是个托辞。四年的时间,不能就这么一笔勾销了。难道结婚以前你不了解他吗?难道是在伪装吗?爱过吵过,这么久的时间,怎能还不知道彼此的性格呢?如果

体贴、善良稳重、还有诚实,最重要的是,他很疼爱我。

也许我当时被他这种爱给感动的吧,但是这不是我想要的老公啊。现在他做什么事,我都不满意,开始拿他和身边的男人比较。他也很郁闷,从一开始的沉默到现在与我争吵。该怎么办呢?我知道问题出在我身上,换成是你,该怎样处理呢? 颖

你真是每天通过比较过日子,那干脆一个人过好了,大千世界人海茫茫,你比不过来的,非要如此,只能抱憾终身,不得幸福。那种粗俗幼稚(事实上我只能想到这个词)的举动,实在不该是一个成熟都市女人该有的思维。

你的不满足如果真是来源于“生存与发展”,那才结婚两年就觉得嫁错了,未免太早了点吧。多给你老公一些时间嘛。同时你的鼓励和欣赏也是他前进的动力啊。最后请你清醒地想想,其实你的老公已经很不错了,要知道,一份心之所钟的疼爱,是多少单身女人梦寐以求的境遇,多少红尘俗世的女人们前仆后继,不就是苦寻一个真正能说出爱的人吗?

而这个,你已经有了!
东方越



本栏目特约主持

东方越

女,70年代末生人,未婚,现居北京,外资公司华北区经理。自信成熟、独立乐观的金领美女,精通英、法、日三国外语,爱好写作、茶道,著有评论集《我用记忆绑架你》。

想请东方越回答问题,请发至welove@xxsb.com收转,信头请标明“东方越收”。

朝为红颜,夕为白骨

2号险情:这样的婚外情,与杀人于无形有什么分别?

东方越:

我是一位22岁的女孩,英语专业毕业。刚到一家外企做职员。目前我面临一个两难的抉择,一个是大学里青梅竹马的男友,另一个是最近追求我的公司老板。虽然老板还有家室,他45岁,还有个儿子。但他承诺我,只要我们在一起了,他会立刻结束和现任妻子的关系,给我想要的生活,他也知道我不是看重物质的人,所以他曾说过,会给我一个家。

我放不下与小男友四年的感情,那毕竟是我纯洁美好的初恋,我们有过很多个第一次。但在那位老板的面前,我感到一切都是新鲜的,他的谈吐、见识、穿着,甚至他的眼神,好像有种致命的吸引力。

唉,我绝对不是一个喜新厌旧的人,更确定这不是贪慕虚荣。所以我觉得事情比我想象的复杂。给我一些建议吧,让我尽快清醒起来,好吗? 一个迷茫的人 一个迷茫的人

我敢确定地告诉你,除非他把离婚证书摆在你面前,除此你不要指望那位老板能给你想要的。谁都有爱上另一个人的可能,这既不可耻,也没必要如临泥沼。不过,恕我直言,贪慕虚荣也好,真情实感也好,在你理清不清思绪的时刻,请先明确你现在的角色——一个介入别人家庭的第三者。

下面请你跳出来,忘记你的困境,看看你怎样一步步落入所谓的致命吸引力。比较是沦陷的开始。小男友与老男人的品评高低

立现:小男友只知道拉你冲向路边油腻腻的大排档,然后顾自狼吞虎咽;老男人会邀你前往餐厅,进餐时还要深情地凝视你,待你投来流转的眼波,他的嘴角就扬起一丝自信;当你心头苦闷之际,小男友瞪大眼睛不知所措,要么干脆比你还火:“你抽什么风”;老男人则是奉上胸膛,任你在他怀中使尽素手,也不放开双臂;小男友每日喋喋不休,唠叨的那点破事儿,你都知道;老男人不说话,那是沉默是金,侃侃而谈时那叫远见卓识,虽然那他满口里尽是你听不懂的国际风云。

可是,他的钱夹里那张全家福是枚重磅炸弹。必要的时候他会拿给你细细道来:相片上的妻与他相濡以沫,同甘共苦,爱情也许不

在,但亲情绝对不离不弃;他的孩子是那样懂事可爱。别说他提出离婚这种不着四六的话,就是他真愿意,你忍心蓄意拆散?结局终究还是会兀自在一个“情”字里熏神染骨。

其实,这就是成功老男人的高手段,任你不自觉地欣赏暧昧,自己却落得干净利落。你不过是条色彩斑斓的鱼,被他从水中捞起,欣喜地把玩,就算你头尾拍地挣扎不起,他也宁愿你变成标本。这样的爱,与杀人于无形有什么分别,令你朝为红颜,夕为白骨。

这里,我不是劝你离开哪个,而是要你明白不管做怎样的决定,都先清楚你到底在做什么,如果没弄清楚这个前提。你可能变成那条回不到水里的鱼。 东方越

身体语言

狩猎中的男人——裤袋“避难所”

狩猎中的男人更有主动性。一旦锁定某个焦点女人,他必然会寻找各种机会引起对方注意。

解读:摸下巴

男人有时候会下意识地抚摸自己的下巴或者脖颈:这是一种既感到尴尬又想吸引对方注意力的姿势。因为那时的男人多数处于犹豫不定,不知道该

如何做决定的状态,但是他又希望别人看到他内心深处的惶惑。所以,抚摸或者托着下巴的动作可以有效缓解他的焦虑。

心理学家经过研究表明,尽管每个男人都希望最终能如愿抱得美人归。但与此同时,男人又都会认为,越是接近极具魅力的女人,不仅挑战难度系

数大大增加,而且其中被抛弃的失败风险也非常高。

当然,男人的自尊心都很强,由于他们害怕被拒绝,所以,如果对自身信心不强的话,一般都不会采用很直接的方式去接近这些女人。

解读:手插裤袋。人们通常认为,把手插在裤袋

里只是为了舒服,否则,在内心紧张不安的时候,两只空落的手也不知道该摆在哪里。而裤袋是一个最好的“避难所”。但研究身体语言的心理学家却认为:即使男人把手指藏在裤袋里,他的手指也会悄悄指向自己身体的某个部位。男人都希望女人对他的这个魅力部位感兴趣。

男人教你

婚后一周发现老公的秘密

金边竹:我和老公相爱6年,谁知道刚结婚一个星期,却突然在一天内发现他有个追了他几年的女性朋友、网上还有一个聊得很放(涉及性话题)的女网友,虽然他说他们之间都没什么,但我引以为傲的爱情却彻底破灭了。

今夜亦无眠:其实每个男人都这样啊,只要他结婚后不再做这样的事就可以了啊,结婚不是一件很容易的事,你们走到今天也走过许多的风雨啊。

你不过一不小心发现了你老公内心的一些小秘密而已,如果他还没有去跟别的女人乱搞,他就没错,幻想不是错吧?等你真的把你老公捉奸在床,再跟他要死要活的拼命吧,现在发飙早了点。

钓茶园:我想你所能做的就是更温柔更体贴,做一个聪明的女人。话虽刺耳,却是唯一良方,谁让你结婚了,就算没结,你的下一个男人其实也是一样的。哪只猫不爱吃鱼呢?

女人教你

没责任感的老公,怎么办?

艾淇:我们结婚7年,孩子5岁了,但他对家庭和孩子一直都没有责任感,从来不主动做家务、带孩子,甚至嫌我天天做家务烦,后来我才知道是因为我做家务,他就得看孩子,玩不了游戏。我只是要求他对家庭尽责,过分吗?

我是爱家的女人:我建议你给他一段时间独处,让他感受一下没你的自由。他可以没你的话,那你就和他离了。

果缘:女人必须知道自己想要的是什么,如果你想要家庭,就试着改变他,离婚不是你们两人的事,希望你幸福。

bluerose317:如果一个男人对老婆不是很关心的话,还可以原谅,那么对自己的儿子不关心的话,那他一定是个极其自私的人,那你还有什么留恋的呢?

下期话题预告

话题1.同居几年发现她不是我想要的人。2.男友很矮,怎么办?请登陆http://hexun.com/xxsb515发表你的高见。