

■婚姻物语

门内婚姻,门外爱情

她粗鲁地骂他,言语刺耳,“你笨死了,猪都比你聪明!”事情的起因是无线鼠标。她要用她的电脑打印一份资料,晃动鼠标,却没有任何反应。他把正在看电视的她喊了过来。她心烦地嚷嚷,“我昨天用着还好好的,怎么一到你手里就不行了?”她一把抢过鼠标,在电脑桌上晃动——鼠标确实不能用。“可能是没电了吧,你换块电池试试”。说完,她转身就准备走。他却再次叫住她,“电池后盖怎么扭开?”她的忍耐到了极限,心中怒火腾一下子就燃起来了。

把鼠标电池换好,这次她却不再急着离开,她又腰站在一旁,列举了他从N年之前到现在的种种笨,发泄着对他的不满。她越说越激动,声音也越来越高亢。他却一幅油盐不进的样子,一言不发。打印完资料,他迅速逃离。

结婚十多年了,她现在对他总是横挑鼻子竖挑眼地看不惯,隔三差五地就要数落和吵骂他一通。刚开始,他也试着同她解释和辩驳,但换来的,却是她更长时间、强度更大的吵嚷。慢慢地,他就对她的抱怨和辱骂不再

做任何回应。

他回卧室,换了出门的衣服,对她说要去A市参加同学聚会。也许是发泄完了胸中怨怒,也许是看了一会儿精彩的电视剧,她说话的声音平和了一些,还一再叮嘱他要注意安全,到了报平安。然后又起身从冰箱里拿出几袋酸奶,“同学聚会,难免喝酒,

喝酒前先喝点儿酸奶,保护胃”。他没理她,拉开门走了。刚走到楼下,他就发现,手机快没电了,而他又忘记带充电器了。可是,他却不想再返身上楼,因为他一秒都不想看到她。

到A市,已经是晚上了,他安顿好住处,买了手机充电器,然后就找了个饭店吃饭。回到宾馆,打开手机,他发现十几个未接电话,都是她的。他犹豫着回拨过去,她在电话那头咆哮,“让你到了给我打电话,为什么不打?我还以为你出啥意外了呢”。说着,她已经开始哽咽



了。她哽咽着说,“你要有个好歹,可叫我怎么活!”此时,他预谋出轨的花心,瞬间凋谢。他其实是来见一位女网友的,他给女网友发了条微信:“你不要来,我回去了,以后,我们只能是,而且永远只能是朋友!”

门内的婚姻,在日复一日柴米油盐的俗世烦扰中,难免产生矛盾和争吵。关键是,当你走出门时,对方会不会牵挂你、关心你;有牵挂,有关心,就说明爱情还在,那么,不管你走多远,都别忘了回到婚姻的家门里。

王东峰(重庆)

■两性悄悄话

性爱后,应该做7件事

很多人都明白激情性爱之前需要做足前戏,但是性爱之后应该做哪些事呢?美国《赫芬顿邮报》最新载文,刊出多位性学专家总结出有益增强夫妻亲密度和身心健康的“性爱后应该做的7件事”。

上趟厕所 美国性健康协会形象大使、性学专家索尼·罗杰斯博士表示,性爱后小便有助于清除尿道细菌或毒素。之后,再用干净毛巾和温水清洗私处。保持良好的卫生习惯可防止尿路感染等问题。

穿上透气内衣裤 透气性能好的全棉内裤最有益生殖器“呼吸”,棉质内衣属纯天然纤维,过敏性低,吸水性强,而且不会刺激性爱后最敏感部位。

亲密拥抱 美国纽约心理治疗师和性治疗师查敏·艾加恩表示,性爱过程中分泌的大量催产素有助于夫妻产生亲密感。性爱后夫妻亲密拥抱和耳边私语是拉近夫妻距离和增强亲密度的绝佳方式。可以谈谈希望,憧憬未来,或者聊聊夫妻都觉得很重要的事情。

至少喝一杯水 罗杰斯博士表示,性爱过程中会消耗大量的体力和水分。因此,性爱之后至多喝水,以补充体液和保持能量水平。性爱后喝水还有助于排出尿道内细菌。

吃点小吃 性爱过程会燃烧大量的热量,因而性爱后产生饥饿感就不足为奇。艾加恩表示,性爱后吃个煎蛋等小吃可以及时补充体能。

点评过程 美国婚姻治疗师和临床顾问卡拉·伊万科维奇博士表示,与伴侣探讨和总结性体验有助于更有效提高性爱质量。即便没有达到性高潮,性爱之后夫妻“点评”和彼此分享身心愉悦感受也有助于了解对方的需求,有益提升夫妻亲密密度。

说说笑话 幽默感是夫妻关系的润滑剂。性爱之后夫妻(尤其是女方)仍可能处于兴奋状态。这时双方可以彼此依偎说说笑话,延长亲密时间。如果男方在性爱之后便倒头呼呼大睡,妻子无疑会产生“崩溃感”。

徐澄 编译(安徽)

会心一笑

合理

朋友结婚后,妻子让他上交全部工资,他觉得不合适,便问我意见:“你说每月工资全部上交合理吗?”

我说:“当然不合理!”

朋友听后很高兴:“世上就你理解我,那你说怎样才合理呢?”

“像我这样把工资、奖金、其他补贴等全部上交才合理!”

方文杰(湖北)



醉夕阳 苗青 摄(广东)

乡医必备工具

家庭必备良方



全套定价80元(包邮)

小病不一定要上医院,本书邀请国内省内157名知名医生,解答了百多种常见病的自我防治。

1048种简便实用单方,四家名老中医审定推荐,涵盖765个病种。

多吃土豆可以防中风你知道吗?有得吃但你不一定吃,著名营养学家在本书中教你136种吃出健康的办法。



扫码支付

大众卫生报 隆重出品

联系单位:湖南日报报业集团大众卫生报 联系电话:0731-84326211