

上接 C01 版

爱情和婚姻都需要“养生”

晚报记者 苏瑜

婚姻需要拥抱

和谐的婚姻,是对男女生命最好的滋养。男女的和谐是为了满足生命本源的需求,是为了熨帖人孤寂的心灵。这才是最高的养生境界,最好的养生方法。

在离婚率年年攀高的当下,能拥有一个和谐的婚姻已经成了许多人难以企及的期盼。人其实真正的压力大多是来自家庭,来自身边最亲近的人。

平常两口子在一起过日子,磕磕碰碰是最常见的事情。怎么办?深谙养生之道的曲黎敏就曾公布过一个建立在医学根据上的妙招——拥抱5分钟。

很多夫妻吵架都是从“女人唠叨,男人心烦”开始的,其实,女人唠叨,也是因为寂寞心烦啊。丈夫不在身边,女人容易焦虑。所以,无需任何药物,拥抱就是一种很好的治病方法。中国文字里有个非常美妙的词:体贴,不妨用心体味看看。“肌肤之亲”是可以有医学的神奇作用的。如果你经常顺肝经的经络抚摸妻子,她脾气肯定会越来越温柔。

中医养生专家武国忠也在他的书中提到了两个神奇的地方。谈恋爱时,男人为什么喜欢搂女人的腰?这不仅仅是一种习惯,还蕴含了很深的奥妙。

腰部有八个穴位:上髎、次髎、中髎、下髎各一对,所以叫做“八髎”。这是一个区域,也就是盆腔所在之处,邻近胞宫。这个区域的皮肉,应该是很松软,能捏起来的,是支配盆腔

内脏器官的神经血管会聚之处,是调节人一身的气血的总开关,务必畅达无阻。胞宫健康了,妇科问题没有了,困扰女性的很多杂病,比如失眠、便秘、爱生气、急躁、慵懒等,都会自然消失。恋爱时,男人都习惯性地把手放在女人的腰部,女人生气要走时,男人也会揽着腰把她一把拉回怀里,这是身体本能的反应。对于女性来说,这是一片神奇的区域,能带来健康,也能传递温情和爱意。

但世间家事的复杂,也许已经超过了深深的拥抱和柔情的抚摸所能解决的范围。爱人出轨,已经成了一个再寻常不过的词语,为此痛苦纠结的人们不知多少。

接受不了出轨的人,往往是对婚姻寄予过高期望的人,正应了那句“变才是人生的常数”,为什么出轨?所谓心猿意马,就是说人心像猿猴那样上蹿下跳,难以有定力。心中有定力的人,是非常少的。作为妻子或者是丈夫,在婚后做了哪些事是增强对方定力的呢?

曾采访过一个年轻有为的民间中医,其妻其子都和他一样,面目可亲、满面春风,我问:别的男人如果太忙,没有时间陪妻子,妻子轻者愁苦,再者抱怨,重者狂躁不安、歇斯底里,你的妻子怎么能这么安静怡然呢?是性格原因吗?

他笑了笑说,我会化“火”,没火了她怎么做呢?

化火的方法很多,最简单操作的就是拥抱。



生气也会尿血

半个月前,伊梅遇到了一件不可思议的事情,那天晚上,她独自一人回到自己的小窝,去卫生间时,她突然发现自己的小便竟然像可乐一样,是红褐色的。虽然伊梅并没有感到身体有任何其他不适,但还是不免忧虑起来,该不是自己得了什么重病吧。

当时已经是晚上九点,她急忙给一个做医生的同学打了电话。同学是学西医的,说这种情况不能小视,告诫伊梅第二天赶紧去医院化验。随后,同学和伊梅闲聊起来,问起伊梅的婚期。伊梅怒气冲冲地向同学说起早上和未婚夫吵架的事情,并表示不准备和他结婚了。

听着听着,同学突然恍然大悟地说,你这是气的。

一直都听人说“肺都气炸了”,没想到,还能被气得尿了血。伊梅也觉得很不可思议。同学说,他也是无意中知道的,有一次和父母一起带哥哥的孩子诚诚去黄河大观园,返回的时候,发现有一个沙坑,还有很多小朋友。诚诚就吵着要去玩,大概半个小时的时候,急着回市区的父亲去叫诚诚,谁知诚诚当时正和小朋友们玩得开心,在建沙城堡,不愿意走。父亲一生气,就把城堡给踩平了,并强行把大哭大闹的诚诚抱上了车。

当天晚上,诚诚就开始尿血。找社区门诊的老中医看了,说孩子是着急得上了心火,火正从小便里排出去,所以尿是红的。伊梅的尿虽然是可乐色,但想来应该是一个道理。

请继续阅读 C03 版

教育公告 专栏广告 天天看到 价格更优 效果显著 本栏目信息免费在 www.totoyou.net 上同步发布 广告热线:63399000 67655128

JUREN 巨人教育

巨人(旭日)作文

7月1日暑期班正式开课!

★郑州旭日作文名师班底 ★北京教研专家系统教材
★美国2千万美金巨资支持 ★暑期合理培训班级安排

学巨人作文 语文考试才能得高分!

文化路:63615899 大学路:68888825 工人路:67100306
省实验:65997116 商城路:65801272 南阳路:69067123

详情请咨询各分校前台

耶鲁中学生暑期文化课辅导

十四年办学经验 十四年品牌承诺

VIP三对一辅导 ☆ 新初一至新高三数学、英语、物理、化学辅导
☆ 初中高中英语专项突破(英标、词汇、语法、阅读、写作)系列班
☆ 中招精讲班、高招精讲班 ☆ 中学生心理辅导系列课程

7月1日—5日,各年级、各学科陆续开班
欢迎广大学员前来试听。不满意不交费!

东风路校区 大学路校区 紫荆山校区 报名进行中 抢报热线 0371-68207566 68207777 68207888

小伦敦外语学校

是经教育局批准的一所全日制走读、寄宿学校,每生每年享受政府财政补贴

2010年招生现开始报名!

小学部:一年级招收四个班,二至六年级招插班生
中学部:初中一年级招四个班,初二三年级招插班生

另聘中小学各科优秀教师,副校长1名

电话:0371-68616686 13733875188 地址:淮河路与桐柏路交叉口往西100米路南

JUREN 巨人教育

巨人学校暑假精品课程

A 进了巨人,不怕作文
小一至小六,初一,暑假作文阅读精品课程。文化路:63615899
大学路:68888825
工人路:67100306
省实验:65997116
商城路:65801272
南阳路:69067123

B 学奥数,上重点中学
暑假各层次奥数加同步精品课程,非上不可!

C 少儿英语培训
巨人学校优质培训课之一。

D 各种才艺课,精彩纷呈

详情请咨询各分校前台

JUREN 巨人教育

巨人学校暑假名师N对一

- 诊断式测评
- 互动式教学计划
- 详细个性化方案
- 全程跟踪教学服务
- 空调教室
- 提能力,抢分数

文化路:63615899 大学路:68888825 工人路:67100306
省实验:65997116 商城路:65801272 南阳路:69067123

中原区招聘教师公告

中原区2010年公开招聘教师90名,其中面向高校毕业生招聘80名,高中2名,初中14名,小学44名,幼儿园20名;面向全省优秀在职教师招聘10名,初中4名,小学6名。

一、报名与资格审查:2010年7月1日—5日上午8:30—11:30、下午3:00—6:00,在中原区教育局门前(中原区桐柏路177号,杜康大酒店北侧)进行报名与资格审查。

二、其他招聘相关事项和报名表格可登陆郑州天生我才网、郑州教育网、中原区人民政府网站查询和下载。

中原区人事劳动和社会保障局
2010年6月29日