



性爱同步“三要三不要”

性爱的最高境界，就是两个人都获得身体和情感上的满足，彼此更加深爱对方。可现实生活中，伴侣们往往会因为一方“想要”，一方“拒绝”而感到尴尬，甚至出现矛盾、伤害感情。近日，美国著名两性网站“Lovematters”刊文，专门就如何保持夫妻性生活同步提出了“三要三不要”。

要勇于谈论需求。性爱不仅限于身体、生理层次，它还可以使我们感受到被喜爱、被需要以及自己的魅力。如果你的伴侣无法给你想要的性爱，或者要得太多，可能都会让人觉得沮丧。但这时一定要保持头脑冷静，不要抱怨或施加压力，那样只会使事情更糟。很多研究发现，夫妇性需求上的差异如果处理不好，会导致怨恨、孤独，甚至绝望等负面情绪的出现。所以，如果性生活出现不和谐、不协调，那么夫妻间坦诚谈论性爱便格外重要。可以向另一半讲出性爱对自己意味着什么，自己需要什么。

要克服沮丧消极情绪。当一方尝

试用多种方法唤起对方的“性趣”，如穿性感内衣、调情挑逗，但都毫无作用时，肯定是非常沮丧的。这时不要带着消极情绪继续尝试，那只会让事情变得更糟糕。可以试一下心理学家的“高尚化”方法，简单而言就是把负面情绪发泄出去，如出门运动一下。这样就不会对伴侣感到沮丧甚至憎恨，等情绪平复再与爱人沟通。

要审视生活方式、健康等因素。生活中太多的因素都可能对性造成影响，如一方做事或讲话的方式、肥胖、经济、健康等因素。另外，行为也能影响性冲动，比如，另一半只是在想要过性生活时，才对你有亲近行为，这也可能浇灭你的性冲动。所以，当生活中一些问题影响了性爱时，要及时解决，此外，不要忘记向婚姻咨询师和医生咨询。

不要把拒绝当成“不爱”。不管自己是性要求高的一方还是低的一方，要记住夫妻性欲存在差异是很普遍的。尽管被另一半拒绝会让自己感到

很受伤，但要记住，这和自己的身材长相无关，也不意味着对方不爱自己，或者自己没有吸引力了。

不要用婚姻威胁对方。如果夫妻双方性欲相差太大，很容易会产生恶性循环，让事情变得越来越糟。与其反复上演“一方想要做爱，另一方拒绝”的场景，不如冷却一段时间。注意不要威胁对方。要有耐心和爱心，不能尝试找各种机会和对方做爱。或许，这是十分难熬的，但却能让伴侣看到他(她)不仅仅是因为性才被欣赏。

不要压抑自己的性需求。性欲高的一方不要压抑自己的需求，可以通过自慰解决最急迫的性需求。不要对此憎恶，要勇于承认自己有性需求，也需要得到满足。这或许改变不了自己的性欲强于对方的事实，但是能缓解压力。另一方面，不能因为对方不想性爱，就不再有身体上的亲密，可以拥抱、亲吻，告诉对方他(她)很吸引人。

(据《生命时报》)

学会俘获男人心

很多人以为，只要有漂亮的脸蛋和傲人的身材就能轻易获得男人的爱慕，事实却没那么简单。美国著名女性杂志《妇女村》近日刊文指出，要想获得一个男人的好感并让爱持久，女性可以通过以下一些方法展现魅力。

留下长久的第一印象。想要创造一个长久的第一印象，就要让他通过一样东西记起你。一条长长的裙子，一点清新的香水，或者一个亮眼的头饰……都会让他对你的印象更加深刻。总之，要有一个独特的地方。

做事自信。调查显示，女人的自信会令男人产生性冲动。大家都喜欢和一个能够掌控自己生活的人在一起，所以在与他约会时，不妨就菜品和饮料发表一些见解，定会吸引他的注意。

听他说话。男人喜欢谈论那些他们感兴趣的事，他的工作、体育赛事，当他说得很高兴时，你要做的是耐心倾听，给出回应。这样他就会把你和好心情联系在一起了。

文字传情。不在他身边?别担心，你同样可以让他对你牵肠挂肚。发条调情短信或给他工作邮箱发封邮件，告诉他你的思念。

偶尔矜持。你可以积极主动表达爱慕，但在性方面要学会矜持。不经意间红了脸，偶尔给他一个羞涩的眼神，或者向他发出求助，这些都会激发男性的雄性激素分泌，对你留下好印象。

懂得性爱。一个懂得生活的女人必定懂得怎样享受性爱，知道他的性需求和喜好，了解他的身体，同时也知道怎样让自己达到高潮。值得提醒的是，在性方面，你要做到“知而不语”，千万别总是把性挂在嘴边。(王思思)



公告

根据《中华人民共和国道路交通安全法》《机动车登记工作规定》《机动车强制注销标准规定》及法律法规的规定,为保障道路交通安全,加快建设资源节约型、环境友好型社会,现对登记在我司车辆年限超过10年以上的车辆予以公告,望该车辆实际所有权人在登报七日内到信阳市交警支队办理车辆注销手续,逾期不办理者,我司将通知信阳市交警支队对该车辆进行强制注销,其后果自负。

特此通告
(车辆牌照号附后)

信阳市运输集团有限责任公司零担货运快件公司
2014年6月20日

信运集团零担货运快件公司车辆年限超过十年的车辆

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 豫S-09212 | 豫S-06275 | 豫S-06299 |
| 豫S-09537 | 豫S-06318 | 豫S-05665 |
| 豫S-09836 | 豫S-06136 | 豫S-05303 |
| 豫S-09311 | 豫S-06138 | 豫S-05059 |
| 豫S-09772 | 豫S-06103 | 豫S-05053/2659 |
| 豫S-09105 | 豫S-06006 | 豫S-05771 |
| 豫S-03857 | 豫S-06959 | 豫S-05353 |
| 豫S-03882 | 豫S-07443 | 豫S-05320 |
| 豫S-09223 | 豫S-07112/3055 | 豫S-05306 |
| 豫S-09161 | 豫S-07180 | 豫S-05321 |
| 豫S-09085 | 豫S-07558/4681 | 豫S-05331 |
| 豫S-07278 | 豫S-03661 | 豫S-05356 |
| 豫S-08863 | 豫S-06166 | 豫S-05359 |
| 豫S-03906 | 豫S-06639 | 豫S-05365 |
| 豫S-07605/3366 | 豫S-06172/3755 | 豫S-05385 |
| 豫S-03958 | 豫S-06797 | 豫S-05395/2663 |
| 豫S-07022/2969 | 豫S-06987/2857 | 豫S-05103 |
| 豫S-03966 | 豫S-66670/3931 | 豫S-05123 |
| 豫S-06052 | 豫S-06263 | 豫S-05125 |
| 豫S-06722/2722 | 豫S-06203 | 豫S-05068 |
| 豫S-06807 | 豫S-06375 | 豫S-05116 |
| 豫S-06251 | 豫S-06596 | 豫S-05158 |
| 豫S-06776/2706 | 豫S-06680 | 豫S-05167 |
| 豫S-06223 | 豫S-06695/2700 | 豫S-05193 |
| 豫S-06091/3833 | 豫S-06027 | 豫S-05206 |
| 豫S-06977/3001 | 豫S-06036 | 豫S-05231 |
| 豫S-06023 | 豫S-06667 | 豫S-05251 |
| 豫S-06289 | 豫S-06566 | 豫S-05257 |
| 豫S-06019 | 豫S-06637 | 豫S-05532 |
| 豫S-06176 | 豫S-06669 | 豫S-05535 |
| 豫S-06810 | 豫S-06612 | 豫S-05587 |
| 豫S-06341 | 豫S-05085 | 豫S-05606 |
| 豫S-06733 | 豫S-05115 | 豫S-05609 |
| 豫S-06240 | 豫S-05880 | 豫S-05678 |

- | | | | |
|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 豫S-05696 | 豫S-05781 | 豫S-05056 | 豫S-03398 |
| 豫S-05706 | 豫S-02618/2981 | 豫S-05102 | 豫S-03301 |
| 豫S-05728 | 豫S-06342 | 豫S-07288/3195 | 豫S-03292 |
| 豫S-05730 | 豫S-08112 | 豫S-03078 | 豫S-03311 |
| 豫S-05751 | 豫S-05955 | 豫S-03117 | 豫S-02303 |
| 豫S-05752 | 豫S-03803 | 豫S-07802/3145 | 豫S-02498 |
| 豫S-05778 | 豫S-07175/3178 | 豫S-05101 | 豫S-02851/2581 |
| 豫S-05800 | 豫S-03538 | 豫S-02852/2582 | 豫S-03337 |
| 豫S-05885 | 豫S-06080 | 豫S-02752 | 豫S-03397 |
| 豫S-05890 | 豫S-05880 | 豫S-06759 | 豫S-03051 |
| 豫S-05918 | 豫S-08807 | 豫S-05770 | 豫S-02960 |
| 豫S-05978 | 豫S-02883/2585 | 豫S-06236 | 豫S-02916 |
| 豫S-03055/2615 | 豫S-05079 | 豫S-05797 | 豫S-02386 |
| 豫S-03088 | 豫S-05316 | 豫S-05820 | 豫S-02626 |
| 豫S-03302 | 豫S-03855 | 豫S-06306 | 豫S-06511 |
| 豫S-03125 | 豫S-05288 | 豫S-06316 | 豫S-02353/0238 |
| 豫S-03128 | 豫S-05112 | 豫S-05920 | 豫S-07020/3050 |
| 豫S-03133 | 豫S-06150 | 豫S-05975 | 豫S-05571 |
| 豫S-03162/1612 | 豫S-05083 | 豫S-06015 | 豫S-03672 |
| 豫S-03169 | 豫S-06274 | 豫S-06189/3089 | 豫S-03511 |
| 豫S-03207 | 豫S-05996 | 豫S-06796 | 豫S-02877 |
| 豫S-03220 | 豫S-02703 | 豫S-06159 | 豫S-02955 |
| 豫S-03271/3537 | 豫S-02680 | 豫S-05952 | 豫S-07081/3046 |
| 豫S-03281 | 豫S-02672 | 豫S-03778 | 豫S-08190 |
| 豫S-03315 | 豫S-05528 | 豫S-03562 | 豫S-06278 |
| 豫S-03320 | 豫S-03223 | 豫S-05361 | 豫S-02996 |
| 豫S-03332 | 豫S-05279 | 豫S-03719/2679 | 豫S-05285 |
| 豫S-03350 | 豫S-03975 | 豫S-08727 | 豫S-06695/2700 |
| 豫S-03351 | 豫S-02737 | 豫S-05738/2670 | 豫S-02918 |
| 豫S-03369/2628 | 豫S-02727 | 豫S-03892 | 豫S-02882 |
| 豫S-03383 | 豫S-A1387 | 豫S-00229 | 豫S-03696 |
| 豫S-03395 | 豫S-A2187 | 豫S-03512 | 豫S-03761 |
| 豫S-03503 | 豫S-03253 | 豫S-03312 | 豫S-03578 |
| 豫S-03507 | 豫S-A2325 | 豫S-03329 | 豫S-03012 |
| 豫S-03513 | 豫S-08107 | 豫S-03235 | 豫S-02931 |
| 豫S-03581 | 豫S-00296 | 豫S-03275 | 豫S-02897 |
| 豫S-03586 | 豫S-03670 | 豫S-03197 | 豫S-06161/4255 |
| 豫S-03600 | 豫S-03126 | 豫S-A0754 | 豫S-02693 |
| 豫S-03627/2503 | 豫S-02548 | 豫S-09631 | 豫S-05003 |
| 豫S-03656 | 豫S-06132 | 豫S-09705 | 豫S-05010/3022 |
| 豫S-03717 | 豫S-05241 | 豫S-09391 | 豫S-03876 |
| 豫S-03718 | 豫S-07792 | 豫S-03611 | 豫S-05102 |
| 豫S-03720/2600 | 豫S-09632 | 豫S-03509 | 豫S-03910 |
| 豫S-03725 | 豫S-02149 | 豫S-03352 | 豫S-02926 |
| 豫S-03726/2621 | 豫S-07762 | 豫S-02440 | 豫S-03567 |
| 豫S-03736/2665 | 豫S-07093 | 豫S-02522 | 豫S-00777 |
| 豫S-03765 | 豫S-02456 | 豫S-07230 | 豫S-03812 |
| 豫S-03813 | 豫S-02649 | 豫S-03559 | 豫S-03817 |
| 豫S-03821 | 豫S-02265 | 豫S-03785/2656 | 豫S-03887/4075 |
| 豫S-03823/2657 | 豫S-02235 | 豫S-02992/2598 | 豫S-03987 |
| 豫S-03828 | 豫S-05572 | 豫S-06196 | 豫S-05058 |
| 豫S-06555 | 豫S-02831 | 豫S-05782 | 豫S-05075 |
| 豫S-06613 | 豫S-03985 | 豫S-05508 | 豫S-05128 |
| 豫S-03102 | 豫S-05523 | 豫S-01489 | 豫S-03037 |
| 豫S-06190 | 豫S-03296 | 豫S-05002 | 豫S-02975 |
| 豫S-07527/3300 | 豫S-02283/2517 | 豫S-02968 | 豫S-05736 |

公告

根据《中华人民共和国道路交通安全法》《机动车登记工作规定》《机动车强制注销标准规定》及法律法规的规定,为保障道路交通安全,加快建设资源节约型、环境友好型社会,现对登记在我司连续三年未审验的车辆予以公告,望该车辆实际所有权人在登报七日内到我司办理车辆过户手续,逾期不办理者,我司将通知信阳市交警支队对该车辆进行强制注销,其后果自负。

特此通告
(车辆牌照号附后)

信阳市运输集团有限责任公司零担货运快件公司
2014年6月20日

信运集团零担货运快件公司超过三年未审验的车辆

- | | | | |
|----------|---------------|---------------|----------|
| 豫S-07618 | 豫S-07040/2922 | 豫S-07190/3151 | 豫S-A2983 |
| 豫S-03857 | 豫S-08537 | 豫S-A0673 | 豫S-A4383 |