

<<从明天起做一个性福的人>>

图书基本信息

书名：<<从明天起做一个性福的人>>

13位ISBN编号：9787533459475

10位ISBN编号：7533459474

出版时间：2012-9

出版时间：福建教育出版社

作者：莫丽·丘特

页数：223

字数：127000

译者：吴雪风

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<从明天起做一个性福的人>>

### 前言

我决定写这本书的原因之一，是有许多女人告诉我她们不喜欢性爱。

只有降生到这个世界以后，我们才能逐渐发现那些生命给予我们的最美好的礼物。这世界令人眼花缭乱，既然没有时间让我们细细流连，那就让我们大胆向前。

一分耕耘，一分收获。

就像葡萄干比新鲜的葡萄更为甜美一样，通常来说，成熟的女人比年轻时更为温柔和善，也不会像年轻的时候那样咄咄逼人。

如果不花时间去考虑、思索、冥想，我们就会被身边纷繁的资讯所干扰，而无法接受宇宙要传达给我们的信息。

最终，我决定开始写些什么，来阐明我关于生活的一些想法，关于我在这个美丽的星球上的生活，以及我这六十四年来作为“女人”的美妙经历。

我相信，我们只是生命这个游戏的一部分而已。

事实上，我认为我们是拥有人类体验的“精神存在”，而非拥有精神体验的“人类”。

这本书是写给年纪较大的女人，但同样也适合那些年轻一点，三四十来岁的女人，适合那些已经结婚或已经拥有伴侣的女人，以及那些拥有稳定的感情，但还没有找到正确的方法来享受上帝赐予的礼物的乐趣的女人们。

为什么会这样呢？通常是因为一些更年期的症状。

但只要拥有契合的伴侣，以及一点点体谅，就不会影响身体感受的美妙乐趣。

这是你能给你的伴侣最好的礼物，让一个男人觉得他超级性感，他的抚摸能让你兴奋而愉悦，没有什么更能让一个男人满足了。

所以，女孩子们，大胆地告诉他，告诉他应该抚摸哪里，温柔的还是激情的。

我一直都喜爱并享受性爱，也希望我能一直拥有，因为它比享受美食与美酒更为本能和愉悦。

生活里最好的事都是免费的，无须浪漫的鲜花、音乐，或一顿浪漫晚餐。

在一段稳定的感情里，性也是免费的。

我强调“稳定的”，因为我认为一夜情对谁都没好处。

一夜情十分危险，容易传染疾病，也没有任何情感或精神层面的价值。

在我担任护士和助产士期间，我了解到大量关于女人在性爱中获得快乐的因素。

问题不在于你是十六岁还是六十岁，甚或超过六十岁，年龄不是享乐的障碍，相反，因为成熟通常会拥有更好的经验。

就我个人来说，比起以前，我现在的性生活更为美好，包括我刚过六十岁的那几年。

我的很多客户都是因为其他问题来参加我的培训的，但仔细分析他们的生活方式之后，他们承认，这些问题都是源自不同程度的“力比多”这一古老的问题。

我希望这本书能够消除一些迷惑，帮助更多的女人去享受她们的性爱生活，并因此而得到乐趣。

性爱就像美食一样。

如果食物的质量好，摆盘也很吸引人，谁会不喜欢呢？这本书并不适用于所有人。

比利·科斯基曾经说过：“我不知道成功的秘密，但我知道失败的秘密是试图讨好每一个人。”

## <<从明天起做一个性福的人>>

### 内容概要

本书侧重于阐述美好性爱与健康、人生之间的关系以及如何提高女性魅力,不仅对于年纪稍大的女性弥合伴侣之间因为年龄增长而发展起来的隔阂有很大的启发意义,而且也同样适合三四十岁,甚至更年轻的女性朋友。

这本书并不只是关注性爱技巧,它关注更多。

非常适合希望提高自身魅力和性爱生活质量的女性朋友来读。

<<从明天起做一个性福的人>>

作者简介

莫丽-丘特,1945年出生于英格兰,现居于澳大利亚悉尼。  
她曾是一名经验丰富的护士,在莱斯特皇家医院接受注册护士的训练并获得金质奖章。  
从56岁开始,她充满热情地投身于生活教练的事业,并担任新南威尔士州积极生活学院首席执行官。  
她热衷于以此帮助人们走向幸福美满的生活,其中当然也包括人类有史以来最好的娱乐之一：性爱。

## <<从明天起做一个性福的人>>

### 书籍目录

自序

前言

第一章：什么是真正的性感？

第二章：态度和健康

第三章：性在左爱在右

第四章：美好性爱吃出来

第五章：美好性爱练出来

第六章不老的身心

第七章：生活规划和感情关系

第八章：共同成长的窍门

第九章：没有不可逾越的障碍

第十章：为美好性爱而欢笑

附录：

后记

## <<从明天起做一个性福的人>>

### 章节摘录

版权页：最终，我决定开始写些什么，来阐明我关于生活的一些想法，关于我在这个美丽的星球上的生活，以及我这六十四年来作为“女人”的美妙经历。

我相信，我们只是生命这个游戏的一部分而已。

事实上，我认为我们是拥有人类体验的“精神存在”，而非拥有精神体验的“人类”。

这本书是写给年纪较大的女人们的，但同样也适合那些年轻一点，三四十来岁的女人，适合那些已经结婚或已经拥有伴侣的女人，以及那些拥有稳定的感情，但还没有找到正确的方法来享受上帝赐予的礼物的乐趣的女人们。

为什么会这样呢？

通常是因为一些更年期的症状。

但只要拥有契合的伴侣，以及一点点体谅，就不会影响身体感受的美妙乐趣。

这是你能给你的伴侣最好的礼物，让一个男人觉得他超级性感，他的抚摸能让你兴奋而愉悦，没有什么更能让一个男人满足了。

所以，女孩子们，大胆地告诉他，告诉他应该抚摸哪里，温柔的还是激情的。

我一直都喜爱并享受性爱，也希望我能一直拥有，因为它比享受美食与美酒更为本能和愉悦。

生活里最好的事都是免费的，无须浪漫的鲜花、音乐，或一顿浪漫晚餐。

在一段稳定的感情里，性也是免费的。

我强调“稳定的”，因为我认为一夜情对谁都没好处。

一夜情十分危险，容易传染疾病，也没有任何情感或精神层面的价值。

在我担任护士和助产士期间，我了解到大量关于女人在性爱中获得快乐的因素。

问题不在于你是十六岁还是六十岁，甚或超过六十岁，年龄不是享乐的障碍，相反，因为成熟通常会拥有更好的经验。

就我个人来说，比起以前，我现在的性生活更为美好，包括我刚过六十岁的那几年。

我的很多客户都是因为其他问题来参加我的培训的，但仔细分析他们的生活方式之后，他们承认，这些问题都是源自不同程度的“力比多”这一古老的问题。

我希望这本书能够消除一些迷惑，帮助更多的女人去享受她们的性爱生活，并因此而得到乐趣。

性爱就像美食一样。

如果食物的质量好，摆盘也很吸引人，谁会不喜欢呢？

这本书并不适用于所有人。

比利·科斯基曾经说过：“我不知道成功的秘密，但我知道失败的秘密是试图讨好每一个人。”

## <<从明天起做一个性福的人>>

### 后记

作为黄金门依莱西亚健康度假村的男性健康指导者，我在来这里的许多男性身上看到过两性关系所导致的挫折感、无知以及对此缺乏了解。

很不幸，对于不举的问题，很多参加讨论的老年男子解释说，那是因为他们的伴侣没有了性趣，因而他们也失去了性趣，或者更糟，导致他们压抑自己的欲望。这种性趣缺乏多半与更年期有关，因为更年期，而对于重新将亲密性爱带回他们的关系当中不再心存希望。

由于对更年期的知识缺乏了解，男人们通常会以为“绝经期”之于女性，就相当于“绝性期”之于男性，这就又给他们带了性方面的挫折，并感到对此无能为力。这种挫折感接下去又会在他们与伴侣之间以其他负面形式表现出来。

从一个指导者的角度看，我发现老年人群体对性爱方面的事需要有个更好地了解。当我们上了年纪，这生命中最令人愉悦的事物之一，明明还可以促进我们的关系，又为什么要让它淡去呢？

这部见解深刻而到位的作品，有助于弥合伴侣之间常常会因为年龄增长而发展起来的隔阂。无论男性还是女性，青年、老年抑或壮年，如果你想和你的伴侣终生维系，甚或改进性爱及亲密关系，这本书都值得一读。

帕特丽夏使用了只能是来自人生经验和专门知识的优美而轻松的笔调，让读者更容易领略这部精彩的作品。

安东尼·贝尔 黄金门健康度假村 澳大利亚新南威尔士州猎人谷

## <<从明天起做一个性福的人>>

### 名人推荐

“如果你和伴侣希望终生保持性感而亲密的关系，无论现在你们年纪几何，都必须读一读这本书。

”——马耶拉·韦默斯，美国知名新闻记者、电视制片人“如果你想要了解怎样保持年轻、优雅迷人、幸福快乐、神清气爽并充满活力的秘密，那么你一定要读这本书。

帕特丽夏在这本书中阐释了在你60岁或其他年纪应该如何享受性爱的秘密。

看看她，比起那些只有她一半年纪的女人们，她显得更为美丽并充满活力！

”——皮普·麦凯，矩阵疗法创始人，即刻进化心智学院CEO“这本书敏锐而有趣，对于那些已经准备好去享受生活、爱情并展现他们激情的男男女女来说，这样一本书是非常重要的。

”——萨夏·克劳奇，美国知名生活教练，《为你的成功减压》一书的作者



<<从明天起做一个性福的人>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>