

<<夏娃的秘密花园>>

图书基本信息

书名：<<夏娃的秘密花园>>

13位ISBN编号：9787542640222

10位ISBN编号：7542640224

出版时间：2012-11

出版时间：上海三联书店

作者：曾小亮

页数：350

字数：320000

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>

## <<夏娃的秘密花园>>

### 内容概要

近百篇探讨如何调适婚内性，如何重燃性激情？  
如何让男女拥有和谐的激情的性爱？

《夏娃的秘密花园》是一本从“性”的角度来探讨婚姻和谐的书。  
爱情的启蒙、婚姻的开始、持续、结束，都与性有着  
密切的不可分隔的关系，作者寓深刻的性学理论于简单的日常生活故事中，从“性”的角度来解读婚  
姻激情秘诀。

《夏娃的秘密花园》作者曾小亮首次提出“性福力”的概念，测测你的性能力与幸福之间的关系有  
多么密切吧！  
您是一个具有性  
福能力，同时又可以把性福转变成幸福的人吗？

## <<夏娃的秘密花园>>

### 作者简介

曾小亮，曾用笔名“曾子”，为国内各大情感、生活、时尚等期刊写作十余年，共计五百余万字。

曾担任《时尚健康》、《好管家》、《东方养生》、《女性大世界》等国内著名期刊的资深编辑、主编等职，畅销期刊十大写作者，研究男女情感问题十多年。

《女人坊》、《人之初》、《昕薇》、《男友》、《爱人》、《好主妇》、《都市主妇》、《商界时尚》、《时尚健康》、《时装》、《女性大世界》、《新民周刊》等几十家杂志的特约两性情感专家。

其倡导的男性成长理念以及自2005年主持的“北京男性成长沙龙”曾经被媒体广泛报道。

所著情感文章新锐、幽默、风趣、时尚，既如知心大哥温言相劝，又如男闺蜜诤言相告，其剖析情感入木三分，站在宗教、哲学、女性主义的高度，提倡女性不以小我立世，既以热烈情怀拥抱儿女情长，同时又能胸怀广阔跳出小我看世界。

他被誉为中国的“渡边淳一”，其专栏文字颇有引爆全球的时尚情感剧《欲望都市》的专栏作家。

## <<夏娃的秘密花园>>

### 书籍目录

秘密一：激情是神话吗？

激情在长久婚姻里，并不是一个神话  
你还有激情的性生活吗？

不败性的7个非常时刻  
ISO9001性爱合格质量认证  
家务改变你的性爱

秘密二：如何拥有健康的性？

做个有新性洁癖的女人  
性感病毒的7个速效急救术  
性抑郁：警惕7种性爱流感来袭  
激情地点“菌”排行榜  
5种高潮强迫症的前世今生

秘密三：如何能够紧紧套牢他？

他对你性冷淡的8个征兆和借口  
性友谊：男女关系高级进化论  
性爱AA制：主动的女人更可爱  
你所必须了解的13个性秘密  
他为什么在床上迷信这些？

秘密四：你应该知道哪些性禁忌？

男人恐惧女人床上的N种表现  
环保你的性爱情绪  
新年和10个性误会说BYEBYE  
性爱中的10大疏忽  
床上语言禁忌指南  
不要在激情时羞辱对方  
秘密五：如何建立学习型性爱组织？

建立学习型性爱组织  
密室中的6种性爱制服游戏  
你是合格的性爱工程师吗？

性是心伤的万能胶吗？

夫妻性爱不等式  
要做就做“爱”

秘密六：如何读懂床上男人心？

读懂男人的8种身体秘密  
结婚了，丈夫为什么还要自慰？

## <<夏娃的秘密花园>>

识穿男人的8个“性阴谋”  
他为什么只是我的床上用品？

学习男人性态度  
秘密七：如何拥有快乐的性？

五月：给性放假，让爱上班  
性爱假期调频指南  
旅行中的花样性情  
世界杯给我们的6个性启迪  
要性快乐还是要性自尊？

秘密八：怀孕是性福杀手吗？

妻子怀孕：夫妻之间更需性沟通  
Stop，那些伤身的性爱！  
生育时，应该让他在身边吗？

妻子孕产，丈夫难缠？

秘密九：如何急救嘿咻意外？

做一场童真式的性爱  
性福暂停，请按下GO ON键  
激活婚内性：如何不再性懒惰？

向分手学习“性爱第二春”  
两种极端的性爱治疗  
轻装上阵，给你的性减减压  
秘密十：如何让夫妻生活更和谐？

外遇之后的“性初夜”  
性惩罚，谁让谁心疼？

整形之后的性问题  
走出冬季性抑郁  
丈夫出轨：妻子用性来保卫婚姻？

性爱不抱怨运动

## &lt;&lt;夏娃的秘密花园&gt;&gt;

## 章节摘录

激情在长久婚姻里，并不是一个神话。让-贝克·海宁是法国一位擅长写性的时尚文化作家，在《巴黎的地下情感访谈录》一书中，他讲述过这样一个故事：一位女性有一天突然自杀了，自杀的原因是严重的性压抑。

如果没有性，将可能给我们的生活带来怎样的影响？

这个故事似乎是极端的，但是弗洛伊德、罗洛·梅等性学大家都发表过类似的观点，即当伴侣之间只有友谊，性却稀少时，这种内在的不和谐势必影响着婚姻质量。

也正因如此，当一部分女性或许习惯了婚姻中的无性状态时，另一部分女性却开始了自救和改善——通过改善性与友谊的关系，来让友谊和性并驾齐驱，更加和谐。

一个女人的《365天亲密日志》不久前，一部叫做《365天亲密日志》的书在书店热卖。

美国北卡罗来纳州一个普通家庭主妇，决定奉献给丈夫布莱德40岁的一份生日礼物——每天和他做爱，并为此制订了一份365天亲密改善计划。

听起来似乎是不可思议的事情，因为在此之前，查拉和布莱德的婚姻关系也陷入了友谊增多而性稀少的状态中。

但是经过她的365天改善计划，查拉成功实现了这个计划，并为此将其结集成书《365天亲密日志》。

当婚姻中的友谊增多时，我们的性怎么办？

北京的波波说，她和老公结婚六年了。

曾经她们的性也激情如火，但是三年后，性爱似乎就开始走下坡路，从每周三次减少到每周一次，最后减少到每月一次，最后，最后……三个月才有一次了。

上次性爱是在什么时候？

波波苦笑着说：“似乎还是在火星撞地球的时候。”

现在，他们的日常生活状态是这样的：下班回家，波波做晚饭，老公去看球赛。

两个人彬彬有礼地吃完饭，然后彬彬有礼地坐在沙发上一边看电视，十点半钟，该上床睡觉了。于是两个人一起上床睡觉。

没有冲动，像两个亲人一样相安无事地背靠背。

“我都能想象以后我们几十年的夫妻生活，我们像亲人、兄妹、朋友，……唯独不像情人。”

波波说，她能感觉到老公和她一样，彼此都小心翼翼地回避着无性的话题。

“他自己是怎么解决的，我不知道，但我能感觉他很压抑。”

她自己呢？

脾气有时莫名的大。

懒得打扮了，觉得穿什么衣服都不自信；脸上的皱纹也多了；平时爱找些小事和老公吵架，吵完之后自己也觉得歉疚：我这是怎么了？

心理和精神分析师弗洛伊德提出过性的曲线反映机制。

弗洛伊德观察过许多患有歇斯底里的女病人，发现许多是性压抑导致的结果。

著名女权主义者弗里丹在《女性的奥秘》一书中提出过发生在二十世纪六七十年代，在美国郊区生活的中产阶级的“主妇综合征”。

许多生活安逸的美国中产主妇，老公有不错的工作，住着大别墅，衣食无忧，但是一种不快乐的焦虑、抑郁的情绪弥漫在她们心中。

弗里丹认为，这便是长时间的婚姻里夫妻性生活变得稀少后，主妇们性压抑的结果。

根据著名性学家玛莎斯特在所调查的新婚夫妇中，第一年每月性生活频率为14.8次，以后逐年减少，第二年则为每月12.2次，第四、五年每月9次，而到了第六年便减少到每月6.3次。

而国内一项对6210名城市居民和1392名农村居民的调查显示，城市夫妻每月性交次数为4.66次，农村夫妻为每月5.43次。

国内不同的性调查都显示，似乎确实婚龄越长友谊越多后，性生活便越来越稀少了。

并且这种稀少显然不利于婚姻的幸福和谐，它也是诸多夫妻矛盾产生的根源。

难道，性激情和友谊总是互为天敌吗？

## <<夏娃的秘密花园>>

有性学家曾经说过：所谓的性激情，就是一个人探索另一个陌生人隐秘的冲动。

所以，福柯更极端，他认为真正的性激情只能存在于两个陌生人之间。

所以，我们看到在婚姻的性激情领域，几乎是一片哀鸿遍野，悲观情绪四处弥漫。

《手机》中的“审美疲劳”说风靡大众，“老夫老妻就像左手摸右手”般毫无性冲动似乎成了夫妻婚后的形象写照。

难道，当婚姻中的男人女人友谊越来越多时，性激情就势必越来越少，甚至无比糟糕吗？

是不是婚内的性根本没有出路，只能任由背叛、懒惰、厌倦等行为发生？

友谊和性，究竟是一种什么样的关系？

精神分析师Sophie Cadalen认为：“友情的出现并不一定是促使爱情消逝的原因。

人的感情也没有自动存储系统，不会因为一边的存储池空了便需要另一边的弥补。

在不同情况下，每个人都在情侣关系中扮演不同的角色：情人、父母、合伙人或朋友，而这些角色并不相互排斥。

”当然，除了性之外。

“情感关系始终由性来联结，这是我们无法与朋友分享的私密行为。

当我们与所爱的人在一起时，会出现另一个空间、一种震撼，而这些是不可能存在于朋友之间的。

”精神病专家和心理咨询师Catherine Bensaid解释到。

让我们看看陌生人的性和充满友谊的性之间的区别。

在和陌生人的性关系中，性行为中总是多少含有一些暴力的成分。

除此之外，这些关系中性爱比重非常大，但却完全是一种利用对方身体而满足自己快乐的行为。

这又怎么能够被称之为爱呢？

另外，性激情中最初的狂热注定了不能持久，否则我们的精力会被彻底耗尽！

P3-5

<<夏娃的秘密花园>>

媒体关注与评论

每个男人都想要的私密糖果，吃下去，甜到你心里。

——水果《时装男士》杂志资深编辑。

我和小亮曾是《男士健康》的同事。

由提倡男性解放、深谙男人心，并且在《男士健康》这个倡导男人关爱自己的平台上历练多年的他来写作一本指导男人的亲密书，最合适不过了。

——周松《男士健康》杂志执行主编                      情感最说不清楚的，所谓的说不清，理还乱。

偏偏曾小亮要赶时髦的来理这个结，他是身陷蜘蛛网，越说越糊涂？

还是在复杂的现代人情感困局中，真正可以给我们找到一条康庄大道？

——唐小松《GQ智族》杂志策划总监



## <<夏娃的秘密花园>>

### 编辑推荐

数据显示，相当大一部分的离异是因为婚姻内的性是否和谐问题。

据调查，相当大一部分的80后会把性福指数作为自己的婚姻考虑重要因素。

性问题越来越引起人们的重视，性的质量越来越得到夫妻的重视，性的和谐与否越来越成为促成婚姻的重要因素，性福越来越和幸福紧密联系。

维持婚姻的秘密除了爱，还有性。

曾小亮所著的这本《夏娃的秘密花园》告诉你近百个俘获男人的秘密武器，资深情感专家带你开启一段属于女人的秘密心路历程。

<<夏娃的秘密花园>>

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>