

## **Phải bằng những lời nói ngọt ngào, ánh mắt say đắm, nắm bắt chính xác những “điểm G” và tác động đủ thời gian mới làm nên “khúc dạo đầu” mùa xuân thú vị.**

Mùa đông lạnh lẽo với mưa phùn gió bắc, trời rét căm căm đã qua. Mùa xuân đến cũng là lúc bắt đầu tiết Lập Xuân (24 tháng 12, giờ Tý), thời tiết bắt đầu ấm áp, cây cối đâm chồi, vạn vật hướng dương, hướng ngoại... Đây cũng là lúc lòng người hưng phấn vì yêu đương lứa đôi, tình dục thời khắc này âu cũng là chuyện thường tình.



Lương y Vũ Quốc Trung cho biết, theo y học cổ truyền, tần số và khả năng sinh hoạt tình dục phụ thuộc nhiều yếu tố, trong đó ảnh hưởng của khí hậu thời tiết 4 mùa có ý nghĩa khá quan trọng. Cổ nhân cho rằng sinh hoạt phòng trung phải tuân theo sự biến đổi của thiên nhiên và quy luật “xuân sinh, hạ trưởng, thu liễm, đông tàng” (mùa xuân gieo mạ trồng lúa, mùa hạ lúa lớn, mùa thu gặt lúa, mùa đông gặt lúa cất vào kho).

Cổ nhân còn nói: “Xuân thiên tam nhật nhất thi tinh, hạ cập thu đương nhất nguyệt tái thi tinh, đông đương bố tinh vật thi” (mùa xuân 3 ngày giao hợp một lần, mùa hạ và mùa thu thì một tháng 2 lần và mùa đông không nên xuất tinh) và “Đông nhất thì đương xuân bách” (mùa đông xuất tinh một lần bằng mùa xuân xuất tinh 100 lần).

Về phương diện khoa học cho thấy: Một hoóc môn kích thích tình dục có tên Melanocyte Stimulating Hormone (MSH) làm tăng ham muốn tình dục ở phụ nữ và nó được tiết ra trong cơ thể khi có ánh mặt trời tươi sáng.

Ở cả nam giới và phụ nữ, serotonin - chất dẫn truyền thần kinh đem lại cảm giác hưng phấn được sản xuất trong não suốt mùa xuân. Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng với sự gia tăng độ sáng của ánh sáng mặt trời vào mùa xuân, việc sản xuất serotonin cũng tăng theo. Đó là lý do tại sao nhiều người muốn ham muốn “quan hệ” nhiều hơn vào mùa xuân.

Ngoài yếu tố mùa và thời tiết ra, thời điểm để sinh hoạt tình dục cũng rất quan trọng, bởi cơ thể người tuân theo đồng hồ sinh học rất chặt chẽ.

Nghiên cứu cho thấy thời gian tuyệt nhất cho sinh hoạt tình dục là 2 giai đoạn trong ngày. Vào 8 giờ sáng, đôi bên đều dồi dào sức lực, độ nhạy cảm cao nên dễ đạt tới cao trào; 19 giờ đến 21 giờ là thời điểm tâm trạng thoải mái sau một ngày làm việc nên cũng dễ “lên đỉnh”.

**“Khúc dạo đầu” mùa xuân**

Mặc dù mùa xuân là mùa của yêu đương sinh hoạt tình dục, nhưng không nên "yêu" thái quá mà phải có chừng mực, đồng thời cần lưu ý:

- Tránh "động phòng" khi đã uống quá nhiều rượu và ăn nhiều đồ ăn ngọt, béo. Rượu là thứ đại nhiệt, có thể gây rối loạn tình dục và ảnh hưởng chất lượng tinh trùng; thức ăn ngọt béo dễ sinh nhiệt, sinh đờm, "đờm có thể sinh ra trăm bệnh trên đời".
- Theo cổ nhân, giai đoạn cuối xuân đầu hạ, vào những ngày bắt đầu có mưa rào sấm chớp thì không nên sinh hoạt tình dục, càng không nên thụ thai. Động phòng thời khắc này dễ làm rối loạn huyết mạch, nếu thụ thai thì đứa trẻ sinh ra thường ốm yếu, dễ mắc các chứng điên cuồng, thủy thũng.
- Để được thăng hoa, mãn nguyện, đến đỉnh của việc ái ân trong mùa xuân, cần có sự chuẩn bị, tu chỉnh ở cả 2 phía, nếu không, dù là xuân nhưng sẽ nhàm chán.
- Về phía nam giới phải hết sức tránh việc xuất tinh sớm. Tại thời điểm xuất tinh, nhiều đàn ông khoái cảm nhưng phái nữ chưa cảm nhận được hết những hương vị ngọt ngào của tình yêu đôi lứa. Tình trạng này nếu kéo dài, lặp đi lặp lại nhiều lần sẽ gây căng thẳng, ảnh hưởng đến quan hệ gia đình.
- "Khúc nhạc dạo đầu" là điều không thể thiếu khi sinh hoạt tình dục. Nó không chỉ là thủ tục mà là nội dung cực kỳ quan trọng, không được đốt cháy giai đoạn. Phải "dạo đầu" bằng những lời nói ngọt ngào, ánh mắt say đắm, nắm bắt chính xác những "điểm G" để tác động và tác động đủ thời gian.

Và cuối cùng, không gian và thời gian thích hợp hòa với không khí mùa xuân ấm áp sẽ cho bạn những cảm giác ngọt ngào, một đêm "yêu" tuyệt đẹp.

Theo Người Lao Động