

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ДЛЯ СЕКСА - 9 ЧАСОВ УТРА, - СЕКСОЛОГ



Психолог-сексолог Татьяна Славина

– Что влияет на сексуальное желание мужчины и женщины и почему так часто наши интимные часы не совпадают?

– Сексуальное желание мужчины и женщины зависит от гормона тестостерона, но их биоритмы не всегда со-

По статистике среди главных причин развода на втором и третьем месте стоит сексуальная неудовлетворенность и измена. А психологическая несовместимость – лишь на четвертом месте. Чтобы взглянуть на отношения мужчины и женщины с точки зрения сексологии, мы обратились к психологу-сексологу Татьяне Славиной.

падают. В 5 часов утра у мужчины начинает активно вырабатываться тестостерон, влияющий на его либидо, это период его эротических снов и фантазий. Женщина и ее либидо еще спят.

В 8 часов утра сексуальное либидо мужчины достигает пика, однако женские гормоны еще не вступили в силу.

В 9 часов утра мужское желание еще сильно, а женское только проснулось, так что – вперед, к любовным наслаждениям! К 10 часам мужской тестостерон стабилизируется.

К 13–15 часам сексуальное желание и мужчины, и женщины минимально.

С 16 часам сексуальное желание мужчины и женщины начинает расти, причем у обоих. Вот оно, долгожданное время гармонии интимных часов! Это время длится примерно до 18–20 часов. После 22 часов лучше время для сна, а не для секса.

Однако ночь лучше всего подходит для любовных утех, если, конечно, есть возможность расслабиться и не вставать рано утром.

Если после прочтения нашей статьи вы задались вопросом «Когда этим заниматься, если с 9 до 18 мы на работе?» – отвечаем: лучшее время для любви и секса вы и ваш партнер определяете сами.

Просто эти часы помогают учитывать фактор оргазма, на пике сексуального либидо это проще и «вкуснее». Важно помнить, что любовь и желание – не просто биоритмы и гормоны, это то, что помогает вам чувствовать себя счастливыми рядом с любимым человеком.

– Татьяна, расскажите, как разнообразить свою сексуальную жизнь?

– Если ваши вечера всегда проходят дома, возьмите уроки парного танца. Во всех отношениях это очень полезное занятие, особенно в преддверии весны. Движе-

ние, эндорфины, близость тела любимого человека, возможность увидеть его в другой ситуации – это возбуждает! Привыкли к роли «мамы и папы», возьмите выходные, снимите номер за городом, чтобы есть, спать и...любить друг друга, не зажимая рта, чтобы дети не проснулись, и так, чтобы соседи завидовали силе вашей страсти.

У меня на консультации была пара, что 4 года назад начала искать «новых ощущений» в сексе. Сначала они перепробовали все возможные формы секса и существующие на рынке игрушки. Скучно стало... Затем по настоянию мужа встречались с новыми партнерами. Потом и этого оказалось мало, и они стали рассказывать друг другу о своих сексуальных отношениях с другими в интимных подробностях, и это добавило огня в их сексуальную жизнь. Со временем жене стало все труднее переносить это. Но у них была любовь, близость и доверие... и они вместе пошли в клуб свингеров. Паре понравилось сильное возбуждение, они несколько дней провели в постели. Но потом приелось и это... «Что же теперь?» – спросите вы. Они разошлись, потому что у женщины началась затяжная депрессия, а у мужчины... так скажем – психологическая импотенция, когда для возбуждения требуется все больше и больше разнообразных сексуальных стимулов. Помните, как у главного героя знаменитого фильма «9 ½ недель»? Вроде все есть, а желания нет, и ничто, даже любовь, нежность и близость не способны возбудить любящих друг друга людей. Только экстрим...

Поэтому экстремальный секс – это то, что каждый выбирает для себя и своего партнера. В контексте сложившихся длительных отношений спонтанность, новизна, возбуждающий обоим экстрим нужен!

Ирина ОКОЛОВИЧ

ПУГАЧЕВА КУПИЛА АКТРИСЕ САМОЙЛОВОЙ МАШИНУ

Алла Пугачева, которая на днях отметит 65-летний юбилей, не любит распространяться о своих добрых делах. А между тем Примадонна старается помочь чем может не только простым людям, но и нуждающимся знаменитостям.

К примеру, любимой актрисе **Татьяне Самойловой** А.Пугачева купила автомобиль. Сама звезда фильма «Летят журавли», которой в мае исполнится 80 лет, живет скромно, пенсии хватает только на самое необходимое. Однако если речь заходит о покупке дорогостоящих лекарств, то А.Пугачева тут как тут.

«Говорить, что Алла Борисовна помогает, не совсем правильно. Она постоянно участвует в жизни **Татьяны Евгеньевны**, заботится о ней», – цитирует младшего брата Т.Самойловой Алексея Евгеньевича Starhit. А.Пугачева добавила недостающую сумму на ремонт, а когда узнала, что Т.Самойлова не попадает на прием к врачу из-за того, что не может позволить себе частые вызовы такси до поликлиники, прислала своего водителя, который вручил актрисе ключи от нового Mercedes, пишут Дни.ру.

Комплектация простая, но зато с кондиционером. «Сестра позвонила поблагодарить и услышала: «Это не вы, Татьяна Евгеньевна, должны говорить спасибо, а мы – вам. За все то, что вы для нас сделали!» До слез тронула. Алла Борисовна позаботилась даже о страховке, а она ведь тоже стоит немалых денег», – поведал брат актрисы. Именно он садится за руль, когда Татьяна Евгеньевна нужно выехать куда-либо.

Помогла А.Пугачева и матери певца Александра Барыкина, который умер в марте 2011 года. Их связывали не просто давние теплые отношения. «Два года я простояла на подпевках у «Веселых ребят» – у **Саши Барыкина**, этого замечательного, талантливого композитора и певца. Я, если надо, сочту за честь и еще постоять – на подпевках, рядом, спеть его песню...», – говорила А.Пугачева на 50-летию А.Барыкина. После смерти артиста, когда понадобилось установить ему надгробный памятник, именно А.Пугачева помогла с недостающей суммой денег.

Мать А.Барыкина Александра Георгиевна рассказала: «Алла сказала, что передаст денег на памятник. Ой, сейчас она ругаться, наверное, будет. Ведь просила не рассказывать, говорила: «Я же от чистого сердца, потому что Бог велит помогать тем, кто в этом нуждается. Когда Саша умер, я частичку себя потеряла, поэтому деньги на памятник – мелочь, что я могу для него сделать!» Через бывшего директора Барыкина Алла Борисовна передала 800 тысяч рублей. Сложили все пожертвования – и получилась нужная сумма».

БОРИС МОИСЕЕВ СОДЕРЖАЛ СЕКРЕТАРШУ

Девушку обрюхатил и бросил с ребенком племянник артиста, скрывавшийся от службы в израильской армии, пишет ЭГ.

Неожиданным конфузом обернулись для **Бориса МОИСЕЕВА** съемки телепрограммы «Пусть говорят», посвященной его 60-летию. По этому случаю из Канады приехал его 73-летний брат **Марк ТОЛКАЧ** и, начав рассказывать про их семью, невольно опроверг юбиляра, всегда утверждавшего, будто мать родила его от охранника в тюрьме. А сам Моисеев, похоже, до конца не оправившийся после инсульта, запутался в собственных выдумках и поведал, что в Польше якобы живет его сын – богатый инженер **Амадеус**, хотя прежде говорил об этом человеке как об актере **Краковского театра глухонемых**, а несколько лет назад на одной из пресс-конференций и вовсе объявил «наследника» умершим.

– Боря всю жизнь что-то про себя придумывал и, видно, так вошел в роль, что сам начал во все это искренне верить и уже перестал отличать вымысел от правды, – констатировал бывший продюсер Моисеева **Евгений Фридлянд**. – По части мифотворчества у него были хорошие учителя. Он многому научился у **Аллы Пугачевой**, которая тоже всегда любила окружать свою жизнь легендами. Некоторые фишки, в частности про тюрьму, как я недавно выяснил, ему подсказал мой товарищ – **Валера Гринберг** (раньше он был известным концертным администратором, работал с **Кобзоном**, **Винокуром** и многими другими; сейчас стал писателем и творит под псевдонимом **Зеленогорский**).

На днях мы сидели с Валерой в ресторане, и он вспомнил, как Боря в далеких 1980-х решил, что на танцах далеко не уедешь, и обратился к нему с вопросом: «Скажи, пожалуйста, что нужно сделать, чтобы продвинуться как певцу?» – «Придумай себе какую-нибудь скандальную легенду! – посоветовал ему Гринберг. – Говори, будто ты тайный разведчик или родился в тюрьме. В нашей стране это будет интересно». На самом деле, по словам Бориного брата, их мать была коммунисткой, никогда не сидела в тюрьме и любила всю жизнь одного человека – их отца **Михаила Толкача**. Уже будучи в разводе, она продолжала с ним встречаться и в результате родила Борю.

– Как говорит Фридлянд, с Моисеевым он проводил много времени. За границу ездили вместе – и в Канаду, где живет его брат, и в Израиль, где живет сестра. Но с родственниками Борис никогда не встречался.

– Я был крайне удивлен, когда обнаружилось, что жена его брата – бывшая участница Бориного танцевального трио «Экспрессия» **Людмила Чеснулявичюте**, – сообщил Евгений. – Даже это Боря зачем-то от всех скрывал. Возможно, у него были не очень хорошие отношения с родственниками как раз из-за тех небезлиц, которые он рассказывал про свою семью. Представ-



ляю, каково им было слушать весь этот Борин бред о том, как он родился от надсмотрщика в тюрьме! Сам же Боря выдвигал на этот счет другую версию: «Эти злыдни не хотят со мной общаться из-за моей ориентации и говорят, что вычеркнули меня из списка родственников, так как я их позорю».

Тем не менее у Бори несколько лет жил его племянник **Вадим** – сын его сестры из Израйля, который скрывался от службы в израильской армии. Да, это был реальный племянник, а вовсе не Борин любовник, как думали многие. Он буквально вил из дяди веревки, вымогал деньги. Но особенно Боря мучился из-за того, что племянник постоянно находился рядом. «Из-за Вадика у меня никакой личной жизни!» – жаловался всем.

Чтобы сплавить племянника из своей квартиры, Боря решил его женить и свел с секретаршей **Шабтай Капмановича**. Увы, серьезных отношений у них не получилось. Секретарша быстро забеременела и родила. А потом Шабтай постоянно звонил Боре и устраивал разборки: «Что за дела? Трахнули девочку и бросили с ребенком. Вы вообще собираетесь ей как-то помогать?» И Боря каждый раз платил за своего племянника какие-то деньги. Потом он пристраивал Вадика работать к Юдашкину...

ИЗ ПЕРВЫХ РУК

– Да, мой брат Марк в передаче сказал правду – наша мама никогда не сидела в тюрьме, – подтвердил **Борис Моисеев**. – Историю про тюрьму я придумал ради пиара. А вот того, что у нас с Марком и нашим старшим братом **Анатолием** был общий отец, я сам не знал. И что Марк женился на моей бывшей партнерше по трио «Экспрессия» – это тоже было для меня неожиданно. Он ко мне никогда не приезжал, и их знакомство произошло без моего участия. Насчет сына в Польше... Да, я раньше говорил, что он умер. А теперь говорю по-другому. Что же правда? Правда есть во всем... Правда – это моя жизнь.