

# Obsah

Poděkování .....	11
<b>Úvod</b> .....	13
Hledání „toho pravého“ .....	15
Proč západní svět ztratil přirozený postoj vůči sexu. . . . .	17
Statistika .....	19
<b>1. Sex sídlí v mozku.</b> .....	21
Stejně cíle, různé postupy .....	22
Síla lásky .....	23
Biologie lásky .....	24
Láska na první pohled .....	26
Já za to nemůžu, to všechno Darwin .....	27
Držme při sobě. ....	28
Proč se milenci nemohou jeden druhého nabažit. . . . .	30
Celý jsem se roztřásl .....	31
Nemůžu spát, nemůžu jíst. ....	33
Co odhalí snímky mozku. ....	34
Jsme závislí na lásce. ....	35
Prostorové uspořádání sexu a lásky v mozku. ....	36
Proč muži a ženy vnímají lásku odlišně .....	38
Jak mužský mozek posuzuje ženskou přitažlivost ..	40
Jak ženský mozek posuzuje mužskou přitažlivost ..	41
Proč tělesná touha netrvá věčně .....	42

Co se děje, když vás pustí k vodě .....	45
Shrnutí .....	46
<b>2. Otevřené povídání o sexu a lásce .....</b>	<b>49</b>
Jak se změnila doba. ....	51
Jak v současné době studujeme člověka .....	52
Proč je tak důležité milovat a být milován .....	54
Sedm typů lásky. ....	56
Naše „schémata lásky“ .....	58
Jak nás ovlivňují média a hollywoodské filmy .....	59
Proč je život ve 21. století obtížnější pro muže. ....	61
Shrnutí .....	63
<b>3. Co ženy skutečně chtějí .....</b>	<b>65</b>
Potřeby žen se mění. ....	66
Máma mi říkala, abych si dobře vybrala .....	68
Holky si prostě chtějí užívat .....	69
Pravda o tom, co chtějí ženy .....	71
U opic je to zrovna tak .....	72
S bohatým mužem dosáhne žena častěji orgasmu ..	75
Pět nejdůležitějších věcí, které ženy chtějí od mužů. ....	77
Oddanost – proč by měl muž dát ženě nápadně drahý prsten .....	85
Deset věcí, které žena nikdy neřekne .....	87
Sedm prostých věcí, které se ženám na mužích líbí .	88
Proč ženy nechtějí neúspěšné muže. ....	92
Ženy budou vždy chtít zdroje a majetek .....	92
Shrnutí .....	93
<b>4. Co muži opravdu chtějí .....</b>	<b>96</b>
Jak média ovlivňují názory mužů. ....	98
Co muži opravdu chtějí .....	101
Co muž dokáže udělat kvůli sexu. ....	103
Muži o vztazích nepřemýšlejí .....	104

Dešifrování mužského jazyka .....	107
Muži hledají u žen reprodukční hodnotu .....	108
A teď k věci .....	111
Co vyplývá ze seznamovacích inzerátů .....	114
Proč je dnes fyzická přitažlivost tak důležitá .....	115
Co znamená „atraktivní“ .....	116
Vezměte si amazonský lístek .....	117
Co muži hledají v kráse .....	118
Naše všeobecná soutěž krásy .....	120
Naše reakce na přitažlivé tváře je vrozená .....	120
Co muže vzrušuje: 70% poměr pasu k bokům .....	121
Co muže na ženách odrazuje .....	122
Fyzická volba gayů a lesbiček .....	123
Jak se vlády staly novými manžely .....	124
Shrnutí .....	125

## 5. Hledám smysluplný vztah

<b>na jednu noc – příležitostný sex</b> .....	128
Co je příležitostný sex? .....	131
Definice sexuálního vztahu .....	133
Proč si dopřáváme příležitostný sex? .....	134
Jak se cítíme po příležitostném sexu .....	138
Jak otcové ovlivňují postoje svých dětí .....	140
Kolik partnerů chcete? .....	140
Sexuální fantazie a příležitostný sex .....	141
Jak to vidí homosexuálové .....	143
Shrnutí .....	144

## 6. Ke mně, nebo k tobě?

<b>Bokovky a nevěry</b> .....	146
Co je to nevěra? .....	148
Vaše nepoctivé srdce .....	149
Proč dochází k nevěrám .....	152
Může se to stát každému .....	154
Proč ženy zahýbají méně často než muži .....	156

Šest nejčastějších mýtů o nevěře. ....	157
Devět různých typů nevěry . . . . .	160
Proč je „dokonalá nevěra“ pouhou iluzí . . . . .	164
Doslechla jsem se... . . . . .	165
Osm typických známek, podle kterých poznáte nevěrníka . . . . .	166
Jak naložit s nevěrníkem . . . . .	169
Vezměte to za správný konec. . . . .	172
Jak se zotavit po partnerské nevěře . . . . .	173
Čtyři důležité strategie, jak se vyhnout nevěře. ....	174
Shrnutí . . . . .	175

## **7. Jak najít správného partnera –**

<b>otestujte svůj partnerský potenciál . . . . .</b>	<b>177</b>
Jak začíná většina vztahů . . . . .	178
Jak najít správného partnera . . . . .	179
Základní hodnoty a postoje. . . . .	180
Pět nejčastějších chyb v novém vztahu . . . . .	182
Partnerský potenciál . . . . .	185
<i>Test partnerského potenciálu – jaké je vaše postavení na partnerském trhu? . . . . .</i>	<i>187</i>
Jak najít skvělého partnera . . . . .	201
Jak navždy změňte svůj milostný život. . . . .	203
Jak využít seznam při hře s čísly . . . . .	207
Komu byste se měli vyhnout . . . . .	211
Jak poznat toho nepravého a tu nepravou . . . . .	212
Když nepřeskočí jiskra . . . . .	213
Pravidlo devíti procent . . . . .	214
Shrnutí . . . . .	215

## **8. Patnáct záhad o mužích, kterým ženy**

<b>nerozumějí . . . . .</b>	<b>217</b>
1. Proč se muži ráno budí s erekcí . . . . .	218
2. Proč může být sex pro muže pouze sexem . . . . .	219
3. Komůrka na „nic“ . . . . .	221

4. Proč jsou muži posedlí ženskými ňadry . . . . .	222
5. Proč muži neříkají ženám pravdu o sexu . . . . .	223
6. Proč muži milují dobře vyvinuté ženy . . . . .	227
7. Proč je bod G něco jako UFO . . . . .	228
8. Proč je pro muže tak důležité, aby sex iniciovala žena . . . . .	229
9. Proč jsou muži v nočních klubech úplně mimo . . . . .	230
10. Kdy je muž připraven pro dlouhodobý vztah nebo manželství? . . . . .	231
11. Proč zralí muži nosí na veřejnosti plavky adamky a vystavují na odiv pivní břicha. . . . .	233
12. Muži a jejich fetiše. . . . .	234
13. Kvůli čemu se muži trápí . . . . .	235
14. Proč mají muži problém říci „Miluji tě“ . . . . .	236
15. Pět otázek, které vyděsí většinu mužů. . . . .	237

## **9. Dvanáct pravd o ženách,**

<b>které většina mužů nezná. . . . .</b>	<b>241</b>
1. Co ženy očekávají od sexu . . . . .	243
2. Proč ženy tak málokdy dávají podnět k milování . . . . .	246
3. Jak na to, aby ženy chtěly sex častěji . . . . .	248
4. Proč mají ženy orgasmus . . . . .	251
5. Proč chytré ženy nemají štěstí v lásce. . . . .	252
6. Proč ženy dávají přednost starším mužům. . . . .	252
7. Proč ženy chtějí, aby se jich muži dotýkali . . . . .	253
8. Proč se žena při milování nechá tak snadno vyrušit . . . . .	255
9. Jak ženy vnímají sexuální agresí . . . . .	256
10. Co si ženy myslí o sexuálním obtěžování . . . . .	257
11. Proč ženy sní o zlých, opravdu zlých chlapech. . . . .	259
12. Proč má tolik žen raději čokoládu než sex . . . . .	260
Shrnutí . . . . .	261

<b>10. Třináct postupů, kterými můžete vylepšit svůj partnerský potenciál</b> .....	262
Osm věcí, které mohou muži udělat, aby je ženy vnímaly lépe .....	262
Jak muži kritizují soupeře .....	270
Pět věcí, které mohou ženy udělat, aby zvýšily svůj partnerský potenciál .....	271
Jak ženy kritizují své soupeřky .....	277
<b>11. Šťastnější společná budoucnost?</b> .....	279
Lidé žijící v manželství jsou dnes v menšině .....	281
Jsou dnešní mladí lidé lépe informovaní? .....	283
Proč nový vztah vždycky vypadá tak slibně .....	284
Není pochyb o tom, že se lišíme .....	285
Opravdu se protiklady přitahují? .....	288
Nejhorší milenci na světě .....	288
Co si o sexu myslí ženy z jiných zemí .....	290
Na koho jsme zapomněli? .....	290
Podle prstů poznáte velikost svého pohlavního pudu i úspěchu .....	292
Věda zkoumá lásku .....	295
Jak vyčenichat dobrého partnera .....	295
Deset důvodů, proč je sex dobrý lék .....	297
Proč se tolik lidí nechalo napálit .....	298
Kdo dostane koho? .....	300
Proč je evoluce nejspíš u konce .....	301
Kdy se bavit o problémech .....	302
Shrnutí .....	303
Literatura .....	307