

Obsah

Poděkování	11
Úvod	13
Hledání „toho pravého“	15
Proč západní svět ztratil přirozený postoj vůči sexu.	17
Statistika	19
1. Sex sídlí v mozku.	21
Stejné 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
2. Otevřené povídání o sexu a lásce	49
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
3. Co ženy skutečně chtějí	65
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
Uopic 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
4. Co muži opravdu chtějí	96
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

na jednu noc – příležitostný sex	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?

Bokovky a nevěry	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 – otestujte svůj partnerský potenciál

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>	187
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 nerozumějí.

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 odívání břícha	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,

které většina mužů nezná.	241
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 agresi	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

10. Třináct postupů, kterými můžete vylepšit svůj partnerský potenciál	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
11. Šťastnější společná budoucnost?	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