

autorii bestsellerului internațional

Află răspunsul!

**ALLAN
PEASE⁺**

**BĂRBAȚII
AU NEVOIE
DE SEX**

DECE

IAR

**FEMEILE
DE DRAGOSTE**



ALLAN PEASE (n. 1952) este cunoscut la nivel internațional ca „Mr. Body Language“. Cel mai renumit expert din lume în limbajul trupului a scris împreună cu soția sa, BARBARA PEASE, cele mai bine vândute cărți din domeniul relațiilor interumane. Cei doi sunt autorii a 18 bestselleruri – dintre care, de-a lungul timpului, zece au ocupat prima poziție în diferite clasamente – și au susținut seminare în 70 de țări. Titlurile lor sunt citite în peste 100 de țări, traduse în 55 de limbi și însumează până în prezent vânzări de 27 de milioane de exemplare. Au apariții regulate în presa internațională, iar activitatea lor a inspirat 11 seriale, patru piese de teatru, un film și un serial cu un succes răsunător de box-office, cu peste 100 de milioane de privitori.

Pease International Ltd., compania pe care o dețin împreună, produce materiale video, cursuri și seminare destinate mediului de afaceri și guvernelor din întreaga lume. Afacerea Pease din industria muzicală produce albume pop, videoclipuri MTV și asigură postproducția pentru filme și programe de televiziune.

Allan și Barbara Pease locuiesc în Australia, au șase copii, opt nepoți și practică ju jitsu.

INTRODUCERE



Sue era furioasă. Ce-i drept, ceruse un băiețel mai tuciuriu, cu un nas proeminent și cu o alură de star de cinema, dar ăsta era din cale-afară de ridicol.

În ziua de azi avem de-a face cu situații și circumstanțe sexuale pe care strămoșii noștri nu le-au întâlnit vreodată. Ne putem influența fertilitatea folosind tratamente hormonale, inseminare artificială sau *in vitro*; putem întâlni noi parteneri prin intermediul agențiilor matrimoniale sau pe internet; ne putem îmbunătăți aspectul fizic prin folosirea unor produse cosmetice sau datorită chirurgiei estetice și putem concepe o ființă nouă în eprubetă. Nicio altă specie nu poate face asemenea lucruri.

Noi, oamenii, suntem experți în studierea ritualurilor de împerechere ale altor specii. Le putem prevedea acțiunile, putem chiar să le schimbăm sau să le modificăm înfățișarea prin intervenții genetice. Când vine însă vorba de a ne

găsi un partener, prea puțini dintre noi au cu adevărat succes, fără a mai pune la socoteală faptul că nu avem o înțelegere limpede a procesului prin care facem această alegere. Majoritatea speciilor de animale par să aibă probleme foarte mici în găsirea unui partener potrivit pentru împerechere. În cazul lor, situația e simplă: femela intră în călduri, masculul se împerechează cu ea și gata.

Omul este singurul specimen confuz când vine vorba de jocul împerecherii.

Relațiile cu partenerii – sau lipsa unei relații stabile – constituie un izvor nesecat de inspirație pentru felurite discuții și reprezintă unul dintre cele mai importante subiecte atinse în timpul convorbirilor dintre femei. Puține lucruri ne pot provoca în același timp bucurie și bună dispoziție, dar și durere și suferință. Iubirea a fost dintotdeauna unul dintre cele mai importante subiecte în muzică, telenovele, cărți de dragoste, literatură în general, filme și poezie. Oamenii, indiferent de cultură, trăiesc pe pielea lor acest sentiment și în fiecare cultură există cuvinte care să-l descrie.

Așadar, ce este dragostea? E o întrebare care dăinuie de mii de ani. Cercetători din diferite domenii au încercat să descopere adevărata natură a dragostei și să îi convingă pe ceilalți de corectitudinea concluziilor lor, dar niciunul dintre răspunsurile propuse nu a fost îndeajuns de satisfăcător. Din pricina caracterului său evaziv, dragostea necesită în permanență noi definiții și interpretări.

De ce facem totuși sex? Ce anume îi îndeamnă mereu pe bărbați să caute sexul? Ce le determină pe femei să caute întotdeauna angajamentul partenerilor? Vom răspunde la multe dintre aceste întrebări în paginile cărții de față. Vă vom arăta cum au început dragostea, sexul, idilele și vă vom dezvălui știința care explică locul pe care îl ocupă dragostea în creierul omului și, cel mai important, ce e de făcut cu toate acestea. Ne-am folosit de studii științifice, analize, studii de caz și de mult umor pentru a face informațiile prezentate mai lesne de reținut.

În căutarea „alesului“

Cei mai mulți dintre noi au crescut fiind convinși că într-o bună își vor găsi „alesul“ – acea persoană specială alături de care suntem sortiți să ne petrecem veșnicia. Cu toate acestea, pentru majoritatea oamenilor viața reală nu reușește

să se ridice la nivelul acestor așteptări. Majoritatea tinerilor căsătoriți sunt convinși că vor rămâne împreună „până când moartea îi va despărți“, dar rata divorțurilor în numeroase țări a ajuns să depășească 50%, iar procentul aventurilor extraconjugale este estimat undeva la 30–60%, mai scăzut în cazul femeilor și mai ridicat în cel al bărbaților.

Rata divorțurilor în cazul persoanelor care au trăit împreună și apoi s-au căsătorit variază între 25%, în Canada și Spania și peste 50%, în Suedia, Norvegia și Franța.

Eșecul într-o relație este adeseori văzut drept un eșec personal de majoritatea dintre noi și trimite milioane de oameni către terapie și consiliere. Cu toate acestea, în cazul majorității speciilor (incluzând aici și oamenii) conflictele în cadrul relației reprezintă un lucru firesc.

Sexul este precum aerul: nu-i dai prea mare importanță până ce nu mai ai parte de el.

În anii '80, opinia generală era că mare parte din comportamentul uman este deprins și poate fi modificat, dar astăzi știm că, în realitate, acesta este puternic înrădăcinat în noi. De fapt, încă de la sfârșitul secolului XX, cercetătorii care au studiat comportamentul uman au scos la iveală o sumedenie de dovezi și argumente științifice menite să demonstreze faptul că în creierul uman există anumite conexiuni foarte precise care ne influențează acțiunile. De asemenea, știm că diferiți factori culturali și nenumărate persoane, de la profesorii, prietenii și părinții noștri, până la angajatori, ne influențează modul de a gândi și de a acționa. Prin urmare, natura și educația sunt strâns legate între ele. Imaginați-vă că, asemenea unui computer, creierul vostru are un sistem de operare. Cu el ne naștem și are anumite stări de „refugiu“ în care intră ori de câte ori simte un factor de stres – aceasta este partea moștenită din noi. Partea care ține de educație se leagă de mediu, iar mediul reprezintă software-ul care rulează pe hardware.

*Natura – hardware-ul creierului nostru.
Educația – mediul în care trăim.*

Asta nu înseamnă că ne aflăm cu toții la mila genelor și a ADN-ului. În creierul uman s-au dezvoltat lobi frontali care ne îngăduie să alegem între diferite acțiuni, dar este important să înțelegem că venim cu o moștenire din trecutul nostru străvechi. Dezvoltarea cortexului cerebral – cea parte din creier care pune cap la cap informațiile care vin de la organele de simț, care este sediul memoriei și în care se produc procesele rațiunii – ne-a permis să gândim, să facem alegeri și să ne ridicăm deasupra moștenirii genetice. Când vine vorba însă despre sex, dragoste și idile, conexiunile noastre străvechi ne silesc să avem aceleași preferințe și să facem aceleași alegeri pe care le-au făcut și strămoșii noștri. Și, după cum veți vedea, nu e cale de scăpare. Creierul vostru are un sistem de operare cu anumite setări „din fabrică”. În cazul în care computerul vostru clachează sau programele îi sunt date peste cap, el va funcționa pornind tocmai de la acele setări inițiale – și același lucru se petrece și cu creierul. Mediul artificial pe care l-am făurit, așa-numita „egalitate” prin care cerem și ne așteptăm din partea celuilalt la aceleași lucruri, nu este altceva decât o formă de software corectă politic.

Bărbați și femei fiind, încă ne dorim lucruri diferite de la sex și de la dragoste – nici mai bune, nici mai rele, doar *diferite* – și acestea sunt de cele mai multe ori guvernate de hardware-ul fiecăruia. Deși putem face anumite alegeri în mod conștient privind lucrurile pe care credem că le dorim, de fapt, conexiunile noastre interne ne vor ghida tot spre acțiuni prestabilite.

În această carte vă vom arăta că, în realitate, femeile sunt tot la fel de mult interesate de sex pe cât sunt și bărbații – sau de „a face dragoste”, cum preferă să spună majoritatea femeilor – și vă vom explica în ce fel impulsurile sexuale ale bărbaților și ale femeilor sunt determinate de circumstanțe, condiții și priorități diferite. Vom analiza cu atenție ceea ce își doresc și ceea ce caută cu adevărat bărbații și femeile de la aventurile și partidele trecătoare de sex și vom dezvălui multe secrete despre sex și dragoste pe care majoritatea oamenilor nu le cunosc. De asemenea, vă vom învăța anumite strategii pentru a vă crește cota de piață la bursa acestui joc al găsirii unui partener.

*Ce înseamnă „a face dragoste”?
Este acel lucru pe care-l face femeia atunci când bărbatul se culcă cu ea.*

Cum de-au ajuns occidentalii să fie atât de debusolați când vine vorba despre sex

O mare parte din încurcăturile pe care le au astăzi occidentalii când vine vorba despre sex se datorează reginei Victoria a Marii Britanii și soțului ei, Albert. Domnia reginei Victoria, între 1837 și 1901, a fost dominată de respectarea cu strictețe a valorilor morale, de o reprimare a sexualității și de o foarte scăzută toleranță față de fărădelegi. Existența homosexualității în rândul femeilor era negată complet, în vreme ce homosexualitatea în rândul bărbaților era ilegală. Mulțumită Imperiului Britanic, valorile impuse de regina Victoria s-au răspândit pe întregul glob.

La apogeul epocii victoriene, era un lucru obișnuit să ascunzi picioarele diferitelor obiecte de mobilier, precum o masă sau un pian, pentru a nu stimula poftele trupești. Costumele de baie din acele timpuri acopereau, atât la femei, cât și la bărbați, aproape întreaga suprafață a trupului. Victoria a decretat până și faptul că, într-o societate educată, ar trebui să vorbim de „pieptul“ unei găini și nu altfel și a interzis orice reclame care lăsau să se vadă fie și un crâmpel de lenjerie feminină. Pe atunci, la fel ca și acum, cei mai mulți dintre oameni considerau sinonime nuditatea și stimularea sexuală.

Pudicitatea excesivă din epoca victoriană impunea anumite reguli stricte. De pildă, într-un grup format atât din bărbați, cât și din femei, era de preferat să folosești sintagma „membru inferior“ în locul cuvântului „picioar“.

Femeile din timpul reginei Victoria erau învățate să nu dea niciodată curs avansurilor sexuale, să nu se lase pradă fanteziilor și să trăiască o viață de liniștit devotament față de soț, familie și patrie. În parte, succesul social al unui bărbat se datora pasivității soției sale și se pornea de la premisa că nicio femeie nu avea dorințe sexuale proprii. Înțelepciunea populară a acelor vremuri susținea chiar că femeilor nu le plăcea câtuși de puțin sexul și că „cedau“ doar din pricina puternicelor dorințe sexuale ale bărbaților. În cărțile care circulau la acea vreme, se sugera ideea că un bărbat cumsecade și decent nu ar trebui să se aștepte de la nevasta lui la raporturi mai frecvente de o dată la șase luni și că ar trebui să facă felurite alte lucruri pentru a-și înfrâna atât de frecventele porniri sexuale. Pe scurt, învățămintele populare din acele timpuri le sfătuiau pe femei să se întindă pe spate, să închidă ochii și să „se gândească la Anglia“.

Cum își dă seama un englez că soția sa a murit? Sexul e cam la fel, numai că farfuriile nespălate se adună în chiuvetă!

Foarte probabil, bunicii sau străbunicii voștri s-au născut în această epocă și o parte din aceste atitudini victoriene au ajuns la voi prin intermediul părinților, fie că realizați acest lucru, fie că nu. Dacă vă simțiți stânjeniți când este adus în discuție sexul sau vă jenați când auziți glume mai deocheate și încercați să schimbați subiectul, cel mai probabil, puteți pune aceste reacții pe seama influenței concepțiilor din epoca victoriană. Din acest motiv, în țările în care se vorbește engleza și mai cu seamă în Marea Britanie, există atât de multe încurcături și stânjeneli față de celelalte țări europene care *nu au fost* influențate de morala victoriană. Dacă nu aveți nicio legătură culturală cu epoca victoriană, și totuși, vă simțiți ciudat când vine vorba despre sex și sexualitate, probabil că veți putea depista sursa acestor atitudini în religie sau în conducerea autoritară a anumitor lideri care și-au silit supușii să adere la încălcata lor conduită morală.

Statisticile

În prezent, există 50% șanse ca o căsnicie să nu dureze și în 85% dintre aceste situații femeia va fi pricina despărțirii. Se estimează că, în fiecare zi, numai în Marea Britanie, în medie trei bărbați care sunt nevoiți să plătească pensii alimentare considerabile se sinucid. Sistemul funcționează pornind de la principiul că cu cât câștigi mai mult, cu atât plătești mai mult. Bărbații aflați în astfel de situații simt că este imposibil să treacă mai departe și să-și refacă viața. Dacă ești implicat într-o relație și ai copii, viața poate fi minunată, dar când o relație se sfârșește prost, te poți îmbolnăvi sau, mai rău, poți ajunge în pragul sinuciderii. De aceea, este foarte important să înțelegem pe ce criterii alege creierul partenerii.

În Europa, în prezent, fiecărei căsătorii îi corespunde un divorț. Aceasta se traduce prin faptul că tot mai puțini oameni se căsătoresc, iar mariajele din trecut se sfârșesc. Aproximativ 30% dintre căsătoriile ulterioare unui prim mariaj se sfârșesc, de asemenea, cu divorțuri.

Această carte se bazează pe cercetări recente și nu pornește de la folclor, mituri, legende, de la adevăruri citite în stele, idei romanțate sau idealuri corecte politic. Cea mai mare parte dintre lucrurile pe care le vom aduce în discuție se bazează pe probe concrete. Am pornit de la o largă arie de cercetări, de la studii empirice și experimente științifice, până la anchete și chestionare legate de relații, unele inițiate chiar de noi, și de la numeroase date strânse de-a lungul timpului, care lămuresc de ce ne comportăm în felul în care o facem și de ce gândim așa cum gândim. Nu am avut în vedere nicio concluzie la care s-ar fi putut ajunge în lipsa unor dovezi palpabile. Cele mai multe date și cercetări la care ne vom referi se regăsesc la finalul cărții.

În cei șase ani cât a durat scrierea acestei cărți și adunarea materialului necesar, noi, autorii (amândoi de vârstă mijlocie), am avut doi copii concepuți prin fertilizare *in vitro*, am avut de înfruntat toate neplăcerile cauzate de cancerul de prostată, am întâlnit numeroase obstacole care ar fi putut pune capăt vieții amoroase a unui cuplu, astfel că în paginile care urmează nu ne vom referi numai la cercetări, ci și la propriile experiențe, observații și strategii, precum și la cele ale altor oameni pe care i-am întâlnit pe parcursul călătoriei noastre.

Bucurați-vă și savurați această carte!

Allan și Barbara Pease

CAPITOLUL 1

Sexul și creierul



La carte zice așa: „Apoi se introduce dispozitivul A în fanta B.“

Pasiune, dragoste cu năbădăi, idilă, „călduri“, obsesii amoroase, fluturași prin stomac – toate aceste cuvinte sunt folosite pentru a descrie extazul, incitarea, relaxarea, exaltarea, sentimente pe care orice om le încearcă la un moment dat în viață. Împreună cu acestea vin și alte trăiri, precum angoasa, neatenția, durerea, agonia, neliniștea, mâhnirea. De mii de ani, experții au încercat, cu puțin succes, să găsească o definiție pentru dragostea trupească, dar de regulă au ajuns la concluzia că aceasta ar fi cumva controlată de forțe din exteriorul nostru, de niște puteri mistice, supranaturale sau spirituale. Cu toate acestea, nu avem nicio problemă în a defini precis alte emoții umane ca depresia, anxietatea, obsesiile sau teama.

Începând cu anii '70, oamenii au început să resimtă un dor profund spiritual de dragoste. Acest sentiment a fost provocat de ruptura de structurile sociale care ne îngăduiau să avem legături extrem de intime cu prietenii, familia,

iubiții și care constituiau de mii de ani o normă. Am evoluat ca o specie pentru care există grija față de cei tineri și în care se manifestă puternice legături de interdependență, de dragoste și de protecție reciprocă, toate acestea ducând spre o organizare în celule sociale și familiale. Cei mai în vârstă au grijă de cei tineri, în vreme ce adulții pleacă să producă sau să strângă hrană. Seara, vârstnicii le istoriseau celor mai mici felurite povești și le vorbeau despre viață și despre moștenirea lor. Acest model de structură familială mai există acum numai în culturi primitive, în diferite părți ale Orientului Mijlociu, Asia, în zona Mediteranei sau în culturile statelor din Lumea a Treia. Și cum tot mai mulți oameni sunt singuri sau aleg să trăiască pe cont propriu, această prăpastie culturală se adâncește tot mai mult. De milioane de ani, poate și mai mult de atât, societățile au fost astfel organizate încât să-i aducă la un loc pe bărbați și femei; societățile contemporane însă îi îndepărtează unii de alții. Erodarea structurii de bază a familiei a dus la o degradare a valorilor, a făcut posibil ca numeroși copii să crească fără tată și a produs un haos emoțional.

Aceleași obiective, agende diferite

Când vine vorba despre dragoste și sex, bărbații și femeile au agende diferite, aceste deosebiri fiind adânc înrădăcinate în vremuri străvechi.

Victime ale iubirii care au apucat-o pe căi greșite au ajuns să umple clinicile pentru depresivi și sinucigași de pretutindeni.

Foarte simplu spus, bărbații din ziua de azi sunt stimulați de imaginile vizuale și de semnele care indică faptul că o femeie este sănătoasă, fertilă și tânără, în vreme ce femeile sunt stimulate de indicatorii care scot în evidență puterea, statutul social, devotamentul și resursele materiale ale unui bărbat – întocmai precum strămoșii noștri. De fapt, când vine vorba de imbolduri sexuale, mai nimic nu s-a schimbat cu adevărat de sute de mii de ani încoace. Această concluzie se poate dovedi una extrem de nepopulară într-o lume dominată de corectitudinea politică în care a devenit un refren la modă să spui că bărbații și femeile doresc aceleași lucruri de la viață, au aceleași motivații, preferințe și imbolduri, dar, pe măsură ce veți citi mai departe, veți vedea că acest lucru pur și simplu nu este adevărat. De fapt, în adâncul sufletului *știți* că lucrurile nu stau astfel. Acest mit este în continuare susținut de indivizi care caută puterea, precum birocrății, liderii religioși, grupurile feministe și de alte persoane care

au motivații politice. O fi corect să spunem că bărbații și femeile gândesc la fel și tânjesc după aceleași lucruri, dar dacă ați avut de-a face atât cu bărbați, cât și cu femei, dacă ați lucrat împreună cu ei sau v-au fost subalterni, cu siguranță știți că lucrurile nu stau astfel.

Puterea dragostei

David Buss, profesor de psihologie la Universitatea din Austin, Texas, este recunoscut la nivel internațional pentru cercetările lui revoluționare cu privire la diferențele între sexe când vine vorba de alegerea unui partener. Alături de echipa lui, profesorul a căutat dovezi privind dragostea pasională în 147 de culturi. Au descoperit dovezi palpabile despre existența dragostei în picturi rupestre, manuscrise, poeme, cântece și cărți. Când se gândesc la dragoste, cei mai mulți dintre oameni au tendința de a vedea numai părțile pozitive ale sentimentului – se imaginează privind îndelung în ochii persoanei iubite, ținându-se de mână, cântând melodii de dragoste, făcând dragoste, trăind toate acele sentimente plăcute și călduroase, fiind convinși de povești de genul „și au trăit fericiți până la adânci bătrâneți“ – dar dragostea are, de asemenea, și o parte întunecată. Atât Buss, cât și alți cercetători au descoperit probe de-a lungul întregii istorii a umanității care atestă existența unor poțiuni de dragoste, farmece și vrăji de iubire, sinucideri și crime motivate de împlinirea sau neîmplinirea în dragoste. Prin urmare, soți, ibovnici, rivali, îndrăgostiți urgisiți de soartă mor la tot pasul. În aproape orice cultură există un echivalent pentru povestea cu Romeo și Julieta. Nevoia dramatică de dragoste ne umple adeseori de euforie, disperare, teamă, dorință de răzbunare, uneori toate în același timp.

Dragostea are de-a face cu reacțiile chimice din interiorul creierului.

Și deoarece dragostea pasională este un sentiment universal, prezent în orice cultură de pe fața pământului, cu siguranță ar trebui să existe un fundament biologic. Cu alte cuvinte, nu poate fi vorba de o simplă tradiție culturală, precum religia sau venerarea anumitor idoli; dragostea este un lucru foarte puternic, bine înrădăcinat în fiecare dintre noi.

Biologia dragostei

Oamenii de știință care au făcut cercetări pentru a vedea cum funcționează creierul uman al cuiva care este îndrăgostit au ajuns la concluzia că în creier există trei sisteme diferite care operează atunci când vine vorba de găsirea unui partener și de reproducere – dorința, dragostea pasională și atașamentul pe termen lung. Fiecăruia dintre aceste sisteme i se asociază o activitate hormonală diferită care provoacă anumite trăiri și schimbări comportamentale în sufletul îndrăgostiților. Dacă ne referim la dragostea din perspectiva acestor trei sisteme distincte, ne va fi mai ușor să pricepem în ce etapă se află cineva și de ce acționează în felul în care o face.

Scopul acestui capitol este de a vă face să înțelegeți funcțiile de bază ale creierului care guvernează dorința, dragostea pasională și atașamentul pe termen lung. Am încercat, pe cât posibil, să dăm explicații cât mai simple și cât mai succinte. Când ne vom referi la anumite zone ale creierului este important să înțelegem faptul că acestea fac de obicei parte dintr-o rețea cerebrală complexă și îi mulțumim pe această cale profesorului Graeme Jackson de la Institutul pentru Studii ale Creierului din Melbourne, care ne-a ajutat cu sugestii folositoare despre acest subiect. Am simplificat aici lucrurile pentru a le face mai accesibile pentru cititorii noștri; în același timp, suntem conștienți de pericolul de a nu simplifica mult prea mult aceste idei și concepte. Cunoașterea rezultatelor acestor cercetări este de o importanță capitală, deoarece vom face referire la acestea pe tot parcursul cărții. Folosim o terminologie medicală pentru cei direct interesați, dar veți avea nevoie să înțelegeți semnificația acelor termeni numai în relație cu viața voastră afectivă. Ne vom referi la principii care sunt valabile în majoritatea timpului, pentru cei mai mulți oameni, nu la felul în care se comportă minoritățile sau cei care fac excepție de la regulă.

Dragostea a fost înfățișată ca fiind rezultatul interacțiunii dintre o anumită categorie de substanțe și circuite neuronale care funcționează în anumite arii ale creierului. În termeni simpli științifici, dragostea este determinată de o combinație de substanțe în creier, printre care se numără dopamina, oxitocina, testosteronul, estrogenul sau norepinefrina; într-un fel extrem de asemănător, toate aceste substanțe determină alte mamifere să găsească parteneri potriviți. După ce creierul a identificat un partener potrivit, pe baza anumitor criterii pe care le vom discuta ulterior, creierul se străduiește din plin să producă substanțele necesare făuririi unui mediu propice pentru atragerea persoanei respective.

De-a lungul istoriei umanității, căsătoriile erau un eveniment aranjat care avea în vedere averea, statutul social, rivalitățile familiale, grupurile tribale sau interesele politice. În prezent, această abordare a dispărut în general din lumea occidentală, iar acum majoritatea oamenilor se căsătoresc din dragoste.

Când vine vorba de alegerea unui partener, oamenii își concentrează atenția asupra unei singure persoane. Acest lucru îi deosebește de majoritatea celorlalte animale. De pildă, un mascul porumbel care caută să se împerecheze va da din aripi și se va înfoia încercând să se apropie de cât mai multe partenere potențiale, cât timp mai are energie. În schimb, oamenii au de obicei o listă scurtă de candidați, dar de obicei își concentrează atenția cu precădere asupra unei singure persoane.

Dragoste la prima vedere

Fenomenul „dragostei la prima vedere“ a fost dovedit științific și afectează majoritatea speciilor animale într-o manieră asemănătoare.

Ray se afla la cumpărături într-un supermarket când, la un moment dat, printre pachetele de fulgi de porumb, și-a aruncat ochii înspre raionul de confecții. S-a simțit copleșit de ceea ce vedea înaintea ochilor, trăind un sentiment euforic foarte intens, ca și cum ar fi consumat cine știe ce substanțe. Acolo se afla o femeie care pur și simplu i-a răpit inima. Nu era frumoasă în sensul obișnuit al cuvântului, dar era la ea ceva aparte, mai cu seamă în felul în care se mișca. Singurul lucru de care mai era conștient Ray era că se simțea atras de-a dreptul magnetic de acea femeie. Se simțea incitat numai privind la ea și fluturașii începeau să-i zburde prin stomac.

În timp ce experimenta starea euforică provocată de descoperirea acelei femei, simțea în același timp disperarea provocată de gândul că nu o va mai avea niciodată.

Dacă ați trăit vreodată sentimentul de „dragoste la prima vedere“, creierul vostru producea cantități uriașe de substanțe precum dopamina sau norepinefrina, care te fac să te simți ca și cum ai fi luat droguri. Aceleași lucruri se petrec și cu alte animale. Să ne gândim, de exemplu, la femela șoarece de câmp, asemănătoare șobolanului de deșert. Dacă expunem femela respectivă unui miros fie și foarte slab de urină a unui mascul, aceasta va experimenta întocmai aceleași reacții chimice ca și oamenii: o avalanșă de dopamină și norepinefrină. Un studiu a demonstrat că atunci când unei oi în călduri i se arată imaginea unui berbec, nivelul de norepinefrină din creierul acesteia crește spectaculos. În vreme ce acest efect durează câteva secunde sau minute în cazul majorității animalelor, la oameni poate ține luni sau chiar ani întregi.

Oamenii de știință sunt acum de acord că dragostea la prima vedere este un fenomen cât se poate de real. Oamenii de știință care se ocupă de acest domeniu de cercetare sunt, de asemenea, de părere că, într-o societate stabilă, în care populația nu simte amenințarea războiului sau a morții iminente, dorința, dragostea pasională și atașamentul pe termen lung pot fi calea cea mai bună și cea mai eficientă de a asigura supraviețuirea speciei.

Darwin m-a împins s-o fac

Dorința este stimulată de afluxurile de hormoni sexuali, precum testosteronul sau estrogenul. Acești hormoni provoacă o nevoie urgentă de satisfacere a dorințelor trupești. Când experimentăm dorința, două părți foarte importante din creier devin active – hipotalamusul, care controlează nevoile noastre primordiale ca setea și foamea, precum și amigdala, care reprezintă centrul stimulării sexuale. Dorința determină o secreție mare de dopamină care antrenează producerea de testosteron, acesta făcând să apară atracția sexuală. Acest lucru se petrece atunci când vezi pe cineva și simți nevoia urgentă și copleșitoare de a „avea“ persoana respectivă.

Un studiu desfășurat în 2006, la Universitatea din Chicago a arătat că până și în timpul unei pălăvrăgeli banale cu o străină, nivelul testosteronului crește la bărbați cu 30%; cu cât reacția hormonală este mai puternică, cu atât mai însemnate sunt schimbările în comportamentul bărbatului. Studiul a demonstrat, de asemenea, și că nivelul testosteronului la bărbații căsătoriți sau la cei care au copii este în mod semnificativ mai scăzut decât la bărbații singuri care „încă mai testează terenul“, deoarece tații au intrat într-un rol protector, parental și au un nivel mai crescut al oxitocinei decât cei singuri, care încă mai caută ocazia de a-și da mai departe bagajul genetic.

În mod evident, dorința a evoluat astfel încât să conducă la procreere și să asigure supraviețuirea speciei umane și a fost în mod cert extrem de necesară în condițiile extrem de vitrege din trecut în care sigur nu mai era timp pentru manifestări romantice. De asemenea, femeile nu pot naște decât un copil pe an, ceea ce înseamnă că, fără dorință, specia umană ar fi putut ajunge pe cale de dispariție – din pricina faptului că ne reproducem foarte încet, Mama Natură ne-a înzestrat cu un puternic entuziasm când vine vorba de procreere. Astfel se explică de ce oameni aflați în împrejurări periculoase sau amenințătoare, cum e cazul vremurilor de război, pot simți dintr-odată că

tânjesc unul după altul, deși nu se cunosc. Atunci când viața îi este pusă în pericol, omul simte nevoia presantă de a-și transmite mai departe genele.

Pe scurt, dorința, dragostea la prima vedere și aspectele obsesive, orientate către un scop bine definit ale dragostei timpurii sunt comportamente care s-au dezvoltat pentru a grăbi împerecherea și a crește șansele reproducerii cu succes la specia umană.

Aproape unii de alții

Testosteronul este principalul hormon responsabil pentru impulsurile sexuale, iar bărbații au un nivel de 10-20 de ori mai crescut al acestuia decât femeile. De aceea impulsul sexual la bărbați este mai puternic și atât de presant. Testosteronul îi face pe bărbați mai păroși, mai puternici, mai mari, mai violenți și mai excitați decât femeile. Dar bărbații au un nivel *mult mai mic* de oxitocină decât femeile. Oxitocina, cunoscută și sub numele de „hormonul dezmierdării“ este secretată în cantități mari, atât la femei, cât și la bărbați în timpul orgasmului. Pentru un bărbat, la fel de rapidă ca declanșarea unei erecții este și disiparea oxitocinei, acesta fiind motivul pentru care dezmierdările ulterioare partidei de sex sunt atât de importante pentru femei și îi interesează destul de puțin pe bărbați.

Un studiu din 2006, coordonat de dr. Rebecca Turner, profesor în cadrul Catedrei de psihologie organizațională de la Alliant International University din San Francisco, a scos la iveală faptul că acest hormon este liantul apropierii emoționale dintre oameni. Atunci când oamenii se apropie unul de altul – sau, după cum se spune, „se îndrăgostesc“ – nivelul oxitocinei este foarte ridicat. Acesta este hormonul care ne dă un sentiment plăcut, cald cu privire la persoana care face obiectul dorinței noastre. Nivelul mai ridicat de oxitocină decât al bărbaților este motivul pentru care femeile se îndrăgostesc mai profund decât bărbații la începutul unei noi relații. Cu cât va fi mai mare nivelul oxitocinei, cu atât va fi mai profundă legătura cu partenerul. Doar la auzul numelui iubitului, simțind un parfum pe care îl asociază cu persoana lui, visând la el sau auzind o melodie care are legătură cu el, nivelul oxitocinei la o femeie crește. Accesoriile scumpe, machiajul impecabil, bijuteriile nenumărate sau noua mașină sport nu pot ascunde condiția emoțională a femeii. Dacă se simte iubită și adorată, hormonii ei îi vor îmbujora obraji, făcând-o să

„strălucească“, să radieze o căldură deosebită. De asemenea, se poate vedea cu ușurință dacă femeia se simte ignorată și lipsită de dragostea partenerului.

Care este diferența dintre bărbați și femei? O femeie dorește un singur bărbat care să-i satisfacă orice dorință, cât de mică. Un bărbat vrea ca orice femeie să-i satisfacă o singură dorință.

Studiile coordonate de David Buss au demonstrat că atunci când un cuplu trece prin faza „îndrăgostirii“, nivelul testosteronului la bărbat scade, iar concomitent se înregistrează o creștere a oxitocinei, fapt care accelerează apropierea între parteneri. Aceasta îi face pe bărbați mai drăguți, mai amabili, mai relaxați. În același timp, nivelul testosteronului la femei crește odată cu incitarea și senzația de încredere pe care o încearcă la începutul unei noi relații. Nivelul crescut al testosteronului sporește apetitul sexual al femeilor, astfel încât cuplul ajunge să trăiască iluzia că la bărbați și la femei stimulii sexuali sunt similari. Odată încheiată această etapă „aprinsă“, cam după trei până la nouă luni, imboldurile sexuale ale partenerilor revin la normal, astfel încât bărbatul ajunge să creadă că ea s-a cam săturat de sex, iar femeia ajunge să aibă impresia că el este un obsedat sexual. Numeroase relații se sfârșesc aici.

De ce sunt amanții atât de înnebuniți unul după altul

Josephine, o mamă singură, în vârstă de 33 de ani, și-a dedicat întreaga viață creșterii copiilor pe cont propriu. După șase luni la noul loc de muncă, femeia a luat parte la petrecerea de Crăciun anuală a companiei, care a avut loc pe un vas de croazieră în portul Sydney. Când ea a ajuns pe ponton arăta superb, atrăgând numeroase complimente și priviri admiratoare din partea colegilor. Toate acestea i-au sporit încrederea și au făcut-o să se simtă frumoasă. În timp ce vasul plutea lin peste apele luminate de razele lunii, Josephine a făcut cunoștință cu Rick, un director nou și foarte chipeș care răspundea de reprezentanța din Melbourne a companiei. Când și-au dat mâna, inima ei a început să o ia la galop. Bărbatul era frumos, înalt și oacheș, o făcea să râdă și părea să fie tot la fel de atras de ea pe cât era și ea de el. După o noapte ca-n povești cu dans și mâncăruri alese, cei doi au continuat să vorbească până în zori, iar apoi și-au petrecut împreună și ziua și seara următoare. Pentru Josephine era ca și cum o vrajă ar fi fost aruncată asupra ei.

A fost minunată întoarcerea acasă la copiii ei, dar mintea îi era plină de gânduri, visând la Rick și la timpul petrecut împreună. Se întreba dacă lui îi lipsea la fel de mult cât îi lipsea și el ei. În zilele următoare a început să slăbească și simțea că nu mai poate mânca nimic – nu făcea altceva decât să se gândească la el și la acele frumoase amintiri. A început să-l sune din oră în oră numai pentru a-i spune că se gândește la el, iar dimineața devreme îi trimitea mesaje. A

început să-i cumpere cadouri pentru a-i arăta cât de mult ține la el. Copiii ei au început să se simtă neglijați, iar comportamentul lor a început să se înrăutățească, dar femeii nu părea să-i pese. Dimpotrivă, chiar a anulat programarea la dentist a fiului ei, cu banii respectivi cumpărând un bilet de avion pentru Melbourne pentru a-l întâlni pe Rick. Se gândea: Oare n-ar fi timpul să îmi pese și de nevoile mele și să am o viață personală?

Adeseori schimbările de comportament care se petrec în timpul în care cineva este cuprins de o dragoste pasională seamănă cu o psihoză și, din punct de vedere biochimic, acest soi de dragoste imită foarte bine abuzul de substanțe narcotice. Dr. John Marsden, conducătorul Centrului Național Britanic pentru Dependență, a descoperit faptul că dragostea dă dependență într-un mod asemănător cu cocaina sau alte substanțe cu efect halucinogen. Marsden a ajuns la concluzia că dragostea pasională se aseamănă cu o „groapă-capcană” menită să-i țină aproape pe parteneri îndeajuns de mult încât să se creeze între ei o legătură puternică. Dr. antropolog Helen Fisher, autoarea volumului *The Anatomy of Love*, descria momentele în care o persoană se îndrăgostește ca fiind „o anumită succesiune de reacții chimice care au loc în creier și care se aseamănă cu acelea care au loc în cazul bolilor mentale”. Din punctul ei de vedere, exact aceleași circuite cerebrale care se activează în momentul unei doze de cocaină sunt folosite și atunci când te îndrăgostești, iar ceea ce simți este un extaz similar aceluia pe care îl experimentează cineva care a luat substanțe stupefiante. Cercetătorii au făcut, de asemenea, legături între dragostea pasională și hormonul dopamină, o substanță care se află în strânsă legătură cu stări precum euforia, dorințele și dependența.

Mă trec fiori pe șira spinării

Substanțele secretate de creier la începutul unei noi povești de dragoste se oglindesc într-o multitudine de stări și reacții fizice pe care aproximativ 90% dintre îndrăgostiți recunosc că le-au trăit. Printre acestea se numără: insomniile, pierderea poftelor de mâncare, înroșitul obrazului, stări de beatitudine, stânjeneli, euforie, senzația de fluturași prin stomac, accelerarea respirației, amețeli, senzația că ți se taie genunchii, palpitații, bâlbâială, palme transpirate. Multe dintre aceste reacții izvorăsc din teama de a nu fi respinși de persoana iubită, fapt care duce la un soi de bulversare a sentimentelor – teamă și exaltare în același timp. Cei proaspăt îndrăgostiți nu doar că simt astfel de emoții, ci în permanență caută pe chipul persoanei iubite semne că și celălalt simte în același fel.

Carole King a făcut un perfect rezumat al reacțiilor chimice care se petrec atunci când te îndrăgostești într-un cântec ce datează din 1970: „I Feel The Earth Move Under My Feet“. Versurile acestui cântec descriu felul în care se simte solista, care ba are fierbințeli, ba tremură de frig și simte cum inima începe să-i bată cu putere în piept și să simtă cum cerul i se prăbușește în cap ori de câte ori se află în preajma celui drag. Acestea sunt, de asemenea, efecte obișnuite ale dependenței de droguri.

Dragostea poate fi ca o cursă într-un *montaigne-russe* și se petrece, pentru majoritatea oamenilor, din senin. Nu ești nici avertizat când te poate lovi și, cel puțin aparent, nici nu o poți controla. Sentimentele provin din acea parte primitivă a creierului cunoscută sub numele de cortex cerebral sau materie cenușie, care are o influență mai mare decât partea rațională, a judecării, astfel încât îndrăgostiții ajung să acționeze uneori în moduri complet iraționale – în același fel în care reflexul automat de tipul „luptă sau fugi“ îl face pe cineva să o ia la goană când se vede înaintea unui leu, în loc să gândească în liniște un plan de salvare.

Euforia dragostei i-a inspirat pe artiști să producă impresionante melodii și cântece de dragoste, puternice și sensibile poezii, care nu lasă pe nimeni indiferent, dar intensitatea iubirii îi poate, de asemenea, conduce pe cei aflați sub influența ei către gelozie și paranoia. Dovezi științifice recente au arătat că dragostea ne poate îmbunătăți în mod simțitor sănătatea, alte studii demonstrând chiar că poate vindeca diferite boli, printre care și cancerul. Dragostea, de asemenea, ne motivează să continuăm să trăim alături de oameni al căror comportament nu ne este benefic, cum se întâmplă în cazul abuzurilor în familie.

Nu pot dormi, nu pot mânca

Celor care sunt în „faza îndrăgostirii“ li se spune adeseori că sunt „bolnavi de dragoste“. Astfel de persoane afirmă că nu pot mânca, nu pot dormi cum se cuvine și manifestă comportamente repetitive, compulsive, de pildă, sunându-l pe cel drag de 20-30 de ori pe zi. S-a demonstrat că aceste comportamente au legătură cu nivelul scăzut al serotoninei și cel ridicat al oxitocinei. Serotonina este un neurotransmițător care ne asigură o anumită atenție sporită față de mediul înconjurător, dar ne și conferă o stare de bine generală.

Depresia și tulburările alimentare sunt, de asemenea, asociate cu nivelul scăzut al serotoninei și medicamentele antidepresive ținesc tocmai să crească nivelul acestui hormon. În mod obișnuit, femeile au cu aproximativ 30% mai multă oxitocină decât bărbații, acest fapt coroborat cu un nivel mai scăzut al serotoninei explicând de ce femeile sunt mai înclinate să „fie înnebunite“ după cineva sau să dezvolte obsesii puternice.

Dragostea este singurul renghi pe care natura ni l-a jucat pentru ca specia să supraviețuiască.

W. Somerset Maugham

În 2007, Serge Brand și colegii săi de la Clinica Universitară de Psihiatrie din Basel, Elveția, au intervievat 113 subiecți, toți de 17 ani. Dintre aceștia 65 au afirmat că s-au îndrăgostit recent. Brand a descoperit faptul că toți acești adolescenți atinși de fiorul dragostei dormeau mai puțin, se comportau mai des în mod compulsiv și aveau „nenumerate idei trăsnete și o deosebită energie creativă“. Adolescenții „îndrăgostiți“ erau mai predispuși la comportamente riscante, precum condusul necugetat sau *bungee-jumping*-ul. Brand a dovedit că adolescenții aflați la începutul unei intense povești de dragoste nu prea se deosebeau de pacienții care suferă un episod de hipomanie. Cu alte cuvinte, uneori e dificil să deosebești un adolescent îndrăgostit de cineva despre care în mod normal s-ar zice că este nebun.

Dacă ați spus vreodată că sunteți „nebun“ după cineva, ați pus, de fapt, punctul pe „i“.

Ce ne dezvăluie scanarea creierului?

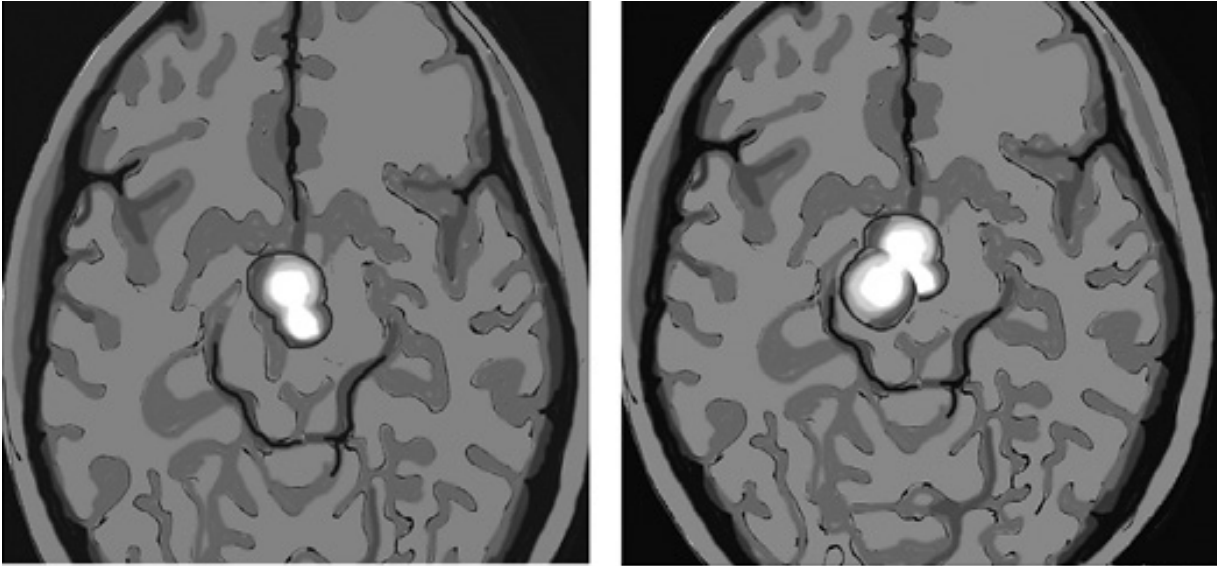
Tehnicile de radiografiere a creierului, precum rezonanța magnetică funcțională (FMRI) sau radiografierea magneto-encefalografică (MEG) au deschis calea unor noi și nenumărate posibilități pentru înțelegerea naturii umane, deoarece le permit cercetătorilor să studieze modul în care funcționează creierul uman fără a-l afecta în vreun fel pe pacient.

Studierea efectelor dragostei și sexului asupra creierului a atins un moment de vârf în 2002, după ce neurobiologii britanici Andreas Bartels și Semir Zeki de

la University College din Londra au coordonat un studiu despre tineri bărbați și femei care erau implicați de curând în relații amoroase și care declarau despre ei înșiși că sunt „îndrăgostiți nebunește“. Ori de câte ori li se arăta o fotografie a persoanei iubite, tiparele activității cerebrale difereau foarte mult de cele înregistrate atunci când li se înfățișa fotografia unui prieten apropiat. Radiografiile creierului au arătat că atracția pasională activa acele zone ale creierului în care se aflau concentrate cantități mari de receptori pentru dopamină. După cum bine vă amintiți, dopamina este neurotransmițătorul care afectează plăcerea și motivația și adeseori este numită „hormonul fericirii“. Un nivel ridicat al dopaminei și norepinefrinei se leagă de o atenție sporită, memorie pe termen scurt, hiperactivitate, lipsă a somnului și un comportament orientat spre atingerea obiectivelor. Atunci când cei care alcătuiesc un cuplu sunt atrași puternic unul de altul și se află la începutul relației, adeseori arată semnele unui uriaș val de dopamină: mai multă energie, mai puțină nevoie de somn sau hrană, o atenție sporită și savurarea oricărui detaliu, cât de mic, al noii relații. Bartels și Zeki au comparat rezultatele în urma radiografiilor unor oameni care experimentează diferite stări emoționale, de stimulare sexuală, de bucurie și de euforie indusă de consumul de cocaină, ajungând la concluzia că imaginile coincid.

Trebuie s-o recunoaștem, suntem dependenți de dragoste

Următoarele radiografii cerebrale arată felul în care „dragostea nebună“ și dependența de cocaină activează aceleași zone ale creierului.



Radiografia cerebrală din stânga arată regiunile creierului care sunt activate în cazul oamenilor „îndrăgostiți nebunește“. Imaginea din dreapta arată zonele din creier care sunt activate atunci când se consumă cocaină.

Așadar, fie că sunteți sub influența unor substanțe stupefiante, fie că sunteți îndrăgostit, vă veți simți cam la fel.

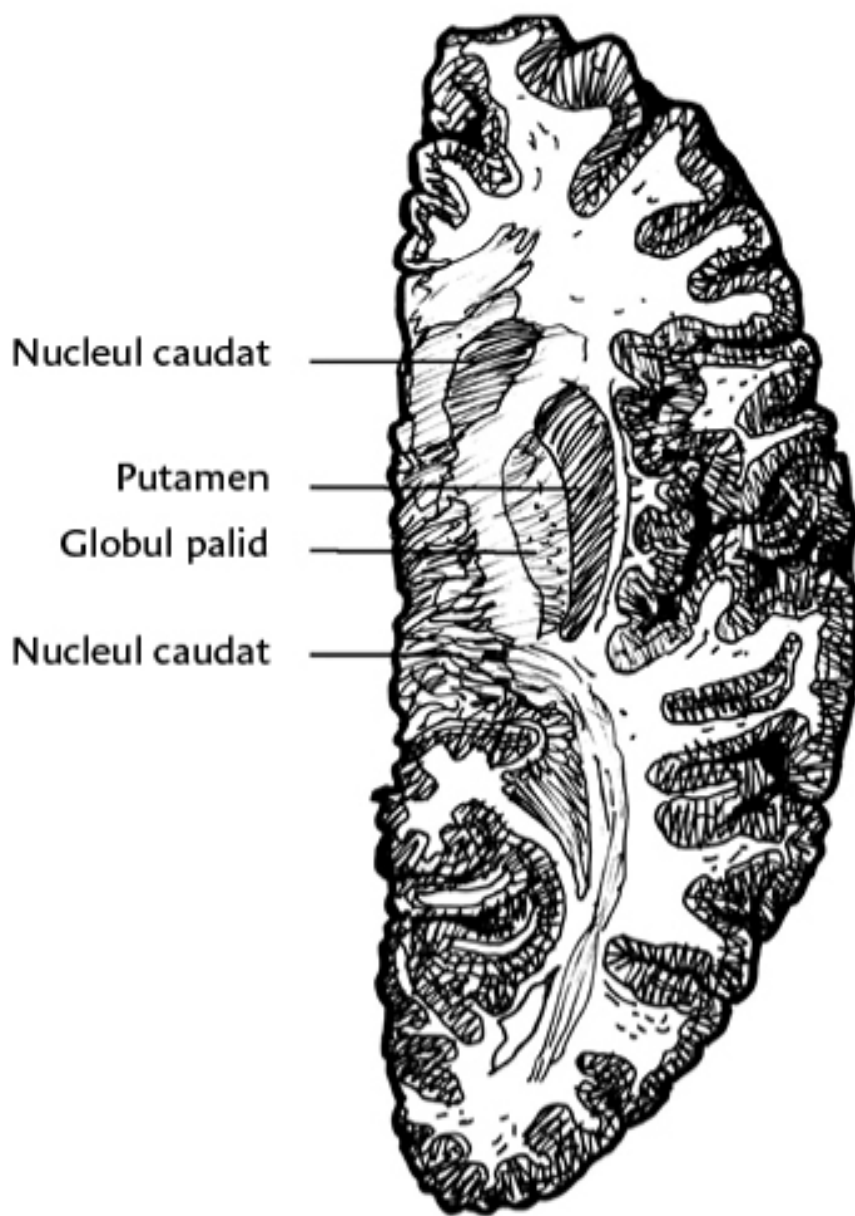
Radiografiile au arătat în plus și faptul că mamele care își sorbeau copilașii din ochi aveau o activitate cerebrală similară celor care privesc la persoanele dragi. Astfel, Bartels și Zeki au ajuns la concluzia că atât dragostea pasională, cât și dragostea maternă au legătură cu perpetuarea speciei umane, deoarece iubii și copiii poartă promisiunea că bagajul vostru genetic va fi transmis mai departe.

Geografia cerebrală a sexului și a dragostei

În 2005, dr. Lucy Brown, profesor de neurologie la Colegiul de Medicină Albert Einstein din New York, a făcut echipă cu una dintre cele mai mari personalități ale antropologiei biologice, Helen Fisher de la Universitatea Rutgers din SUA, cele două savante coordonând o serie de studii care pornesc de la rezultatele obținute prin rezonanță magnetică de la 17 tineri, bărbați și femei. Era vorba de oameni care se aflau implicați într-o relație nouă și se descriau ca fiind „îndrăgostiți de curând, nebunește“ – mai precis, aceștia se aflau fie la începutul etapei dorinței, fie la al celei a dragostei pasionale. Cercetările lor au explicat temeiurile fiziologice pentru care simțim ceea ce simțim atunci când suntem îndrăgostiți – de ce este dragostea atât de

importantă și de ce respingerea care vine din partea persoanei îndrăgite este atât de dureroasă și provoacă depresii.

Au studiat o zonă a creierului asociată cu poftele, memoria, emoția și atenția, regiune numită nucleul caudat și zona ventrală tegmentală – acea parte a creierului de unde celulele de dopamină sunt pompate spre alte regiuni cerebrale. Aceste zone apar mai deschise pe radiografii, atunci când subiecților li se arătau imagini cu persoanele iubite. De asemenea, cele două au cercetat datele obținute prin rezonanță magnetică prin comparație cu alte studii privind erecția peniană la bărbați ca răspuns la imagini feminine, analizând informații cu privire atât la cupluri umane, cât și animale, cupluri constituite cu multă vreme în urmă. S-a descoperit că, atunci când ne îndrăgostim, regiunea ventrală tegmentală inundă nucleul caudat cu dopamină. Nucleul caudat trimite ulterior noi semnale pentru a cere dopamină, și cu cât primim mai multă dopamină, cu atât mai veseli și relaxați ne simțim. Fisher și Brown au confirmat faptul că „dragostea nebunească” provoacă o senzație similară extazului indus de substanțe halucinogene din pricina activității hormonale.



Secțiune prin creierul uman.

Potrivit descoperirilor lor, nucleul caudat este zona din creier legată direct de dragostea pasională. Au aflat și că atașamentul pe termen lung își află sediul în partea frontală a creierului, în putamenul ventral și în globul palid. Sentimentele care au de-a face cu dorința și incitarea sexuală ocupă diferite zone, majoritatea localizate în partea stângă a creierului. Partea importantă a acestei cercetări este că misterul dragostei în interiorul creierului este înlăturat

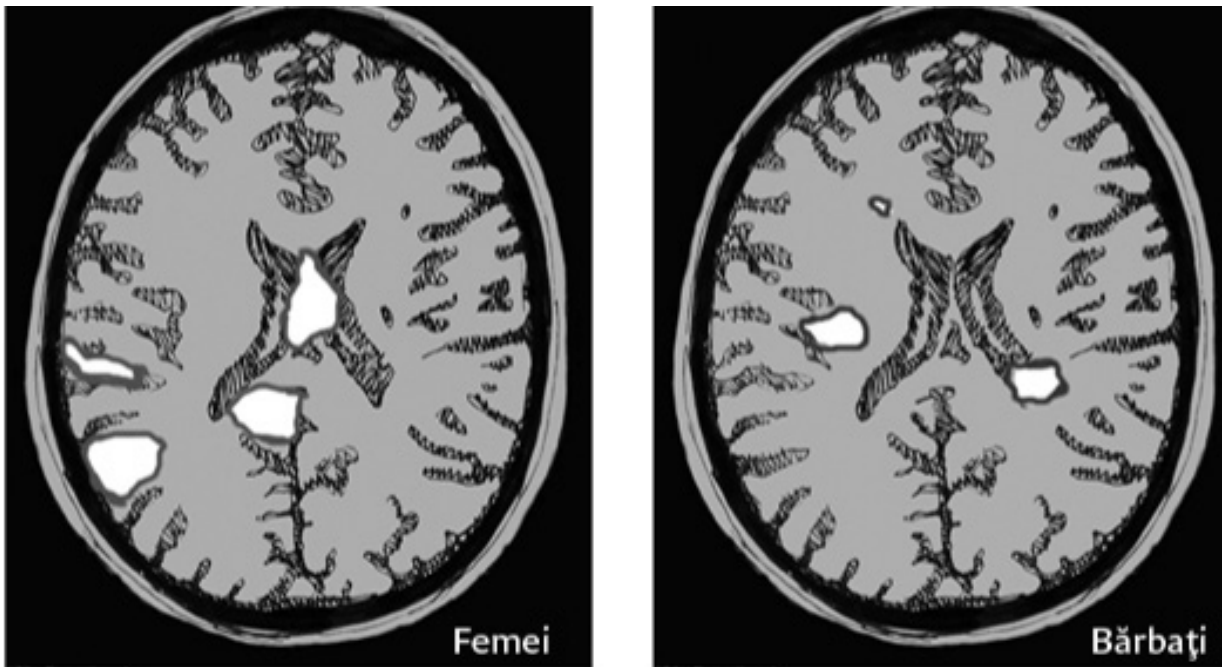
și ni se îngăduie să avem un punct de vedere mult mai obiectiv despre ce este cu adevărat dragostea.

Dragostea este un cocktail chimic de droguri plăcute, iar oamenii care sunt dependenți de acest cocktail sunt cunoscuți sub numele de „dependenți de sex“.

De ce bărbații și femeile văd altfel dragostea

Fisher și Brown, atât împreună, cât și pe cont propriu, au analizat radiografiile cerebrale a peste 3 000 de elevi de liceu „îndrăgostiți nebunește“, imagini capturate în timp ce tinerii priveau o fotografie a persoanei iubite. S-a descoperit că femeile care au luat parte la studiu prezentau o activitate mai intensă în nucleul caudat – după cum am pomenit anterior, o zonă a creierului asociată cu memoria, atenția și emoțiile –, în septum, numit uneori și „centrul plăcerii“ în cortexul parietal posterior, responsabil de producerea unor imagini mentale și de amintiri. La majoritatea bărbaților care au fost analizați s-a constatat o mai mare activitate în zona cortexului vizual și a zonelor din creier responsabile cu procesarea stimulilor vizuali, incluzând aici și o regiune de care depinde direct stimularea sexuală. În urma studiilor efectuate, Bartels și Zeki au ajuns la aceleași concluzii.

Următoarea radiografie cerebrală ilustrează rezultatul cercetărilor întreprinse de dr. Brown și arată care este locul pe care dragostea îl ocupă în creier și de ce bărbații și femeile o privesc atât de diferit. Aceste radiografii aparțin unor bărbați și femei care priveau imagini ale unor persoane de care se simțeau îndrăgostiți nebunește.



Imagini ale iubirii. Bărbați și femei privind imagini ale celor dragi. Zonele active sunt cele albe.

După cum puteți vedea, bărbații au mai puține zone „deschise la culoare“ decât femeile, dar dacă am privi aceste zone în culori, se va putea observa că zonele active ale bărbaților sunt mai intens colorate decât zonele mai ample ale femeilor, dar mai puțin intense. Nu doar că femeile au mai multe zone active decât bărbații, dar acestea diferă complet ca localizare față de cele ale bărbaților. Aceste dovezi arată de ce bărbații și femeile au puncte de vedere atât de diferite cu privire la relațiile amoroase.

Într-un alt studiu li s-au arătat fotografiile erotice unor subiecți în vreme ce creierul le era radiografiat, dar Brown și Fisher nu au identificat în aceste radiografii niciuna dintre zonele active în mod obișnuit la „îndrăgostiți“. După cum am amintit anterior, s-a înregistrat o activitate considerabilă în hipotalamus, cel care controlează nevoi primare precum setea și foamea și în zona amigdalei, responsabilă de stimularea sexuală. Dacă tragem linie, vom observa că un creier „îndrăgostit“ nu prea seamănă cu unul „excitat“, deoarece fiecare dintre acestea folosește alte sisteme și zone cerebrale.

Pe scurt, cercetările științifice arată că, atunci când o relație este la început, partenerii folosesc cu totul alte sisteme de evaluare ale persoanei pe care o îndrăgesc – bărbații se folosesc de ochi drept principal mijloc de evaluare a potențialului sexual al unei femei, în vreme ce femeile se folosesc de memorie pentru a pune în balanță calitățile unui bărbat și potențialul acestuia de a fi un partener de nădejde pe termen lung. Dragostea și dorințele trupești sunt localizate în zone diferite ale creierului și *nu* sunt același lucru.

Cum cântărește creierul unui bărbat gradul de atractivitate a unei femei

Atunci când Bartels și Zeki le-au arătat bărbaților imagini cu femei atrăgătoare, aceștia au prezentat o activitate mai intensă în două regiuni ale creierului: una asociată stimulilor vizuali și cealaltă aflată în legătură directă cu erecția (mda, cine-ar fi ghicit una ca asta!). Cei mai mulți dintre bărbați sunt extrem de activi din punct de vedere vizual, se uită atent la femei în mod constant, au fantasme în legătură cu acestea și obișnuiesc să vadă frecvent producții pornografice, așa că aceste concluzii nu ne miră câtuși de puțin. Atunci când anumite zone din creierul bărbaților sunt mai „deschise la culoare“, cercetătorii au observat că scade simțitor activitatea în zonele din creier care au o legătură directă cu judecățile morale.

În baie, un băiețel de trei ani își privea cu atenție testiculele. „Mami, întrebă el, acesta este creierul meu?“ „Nu încă, puișor“, răspunse ea.

Rețeaua vizuală din creierul bărbaților a evoluat de-a lungul ultimului milion de ani, deoarece aceștia erau nevoiți ca, dintr-o singură privire, să poată evalua capacitatea unei femei de a naște copii sănătoși, astfel încât specia să poată supraviețui. Dacă o femeie era tânără și sănătoasă, bărbatul devenea tot mai excitat și începea procesul împerecherii. De aceea, bărbații se îndrăgostesc mai iute decât femeile – pentru că sunt mai motivați din punct de vedere vizual, iar stimulii vizuali sunt imediați și transmit pe loc un semnal către creier prin care este stimulată secreția hormonală. Această concluzie este, de asemenea, de folos pentru a explica de ce este mai probabil ca un bărbat să se îndrăgostească la prima vedere decât o femeie.

Bărbații își folosesc ochii, în primul rând, pentru a evalua potențialul unei femei. Atunci când bărbații sunt stârniți, hormonii ajung să le inunde corpul și li se declanșează erecții. Acești hormoni pot uneori copleși judecata rațională, astfel încât e cu puțință ca bărbații să ia decizii care nu sunt tocmai în interesul lor. În astfel de situații, erecția are un cuvânt mai greu de spus decât creierul. Acest fapt nu este deloc surprinzător pentru nicio femeie care a avut de-a face cu bărbați. Aceste radiografii cerebrale, împreună cu studiile și cercetările lui David Bus, au arătat că aceste comportamente sunt universale și reprezintă un fenomen care nu ține de o cultură anume.

Dumnezeu i-a dat bărbatului un creier și un penis, dar sânge suficient pentru a alimenta numai unul dintre aceste organe, pe rând.

Robin Williams

Cum cântărește creierul unei femei gradul de atractivitate a unui bărbat

Radiografiile creierelor unor femei au scos la iveală rezultate foarte diferite de cele ale creierelor unor bărbați. La femei, atunci când evaluează gradul de atractivitate a unui bărbat, devin active anumite zone din creier asociate cu amintirile și memoria. În termenii unei gândiri evoluționiste, este vorba despre o strategie adaptativă de a putea rememora toate detaliile care țin de comportamentul unui bărbat.

De sute de mii de ani, printre sarcinile femeilor s-a numărat și aceea de a crește copiii până când aceștia sunt în stare să se descurce pe cont propriu. Spiritul matern este complex și femeilor le este mai dificil să-și ducă sarcina la bun sfârșit decât oricărui altor femele, din altă specie. Mamele au nevoie de sprijin și protecție atunci când își hrănesc și își îngrijesc odraslele. În timpuri preistorice, dacă partenerul unei femei ar fi murit, aceasta era nevoită să consume o uriașă cantitate de energie pentru a-i găsi defunctului un înlocuitor. Spre deosebire de abordarea strict vizuală a unui bărbat care cântărește din priviri orice posibilă parteneră, pentru o femeie nu este de ajuns doar să privească un bărbat pentru a se dumiri dacă este un om onest și de încredere, dacă poate nimeri cu piatra o zebură în mișcare de la o distanță de 50 de metri

sau dacă se va învoi să împartă vânatul cu ea. Același proces de evaluare este folosit și în zilele noastre de o femeie pentru a-și putea aminti ce a spus un bărbat cu o zi în urmă, ce susținea acum trei săptămâni sau trei luni, cum reacționează în apropierea copiilor, dacă e blând și generos, cum se poartă cu mama lui, care este istoricul slujbelor sale și ce bunuri deține, folosindu-se de toate aceste informații pentru a-i evalua potențialul de partener. Atunci când o femeie se uită la fotografii ce înfățișează un bărbat, își amintește alți bărbați pe care îi cunoaște și care au trăsături asemănătoare cu acela din imagine, după care îi revin în minte trăsături ale personalităților acestora. Creierul ei decodifică apoi acele trăsături care corespund chipului bărbatului pe care îl privește. Este ca și cum ea ar dezlega un soi de puzzle mental, recompunând caracterul unui bărbat pe baza altor fărâme de informații despre alți bărbați, informații stocate în baza ei de date personală. Asta nu înseamnă că o și nimereste; înseamnă doar că ea alcătuiește un construct mental pornind de la bărbații pe care îi cunoaște. În vreme ce creierul femeilor procesează amintiri despre numeroși bărbați pentru a evalua potențialul unuia de a deveni partener, bărbații se mulțumesc să arunce femeilor priviri atente, lungi și deloc ascunse. Acum înțelegeți de ce femeile nu uită niciodată, iar bărbații sunt prinși întotdeauna că aruncă ocheade femeilor.

Aproximativ 79% dintre cuplurile care intenționează să se căsătorească trăiesc împreună înainte de cununie, dar numai 18% dintre acestea durează mai mult de zece ani.

De ce dorința nu durează

Donatella Marazziti, psihiatru la Universitatea din Pisa, Italia, a investigat schimbările hormonale care au legătură cu tulburarea obsesiv-compulsivă (TOC), concentrându-și atenția asupra serotoninei, acea substanță chimică pe care am mai adus-o în discuție și care are un efect calmant asupra creierului. O cantitate prea mică de serotonină se poate reflecta în agresivitate, obsesii, depresie sau anxietate. Medicamentele de tipul Prozac luptă împotriva acestei situații prin creșterea nivelului substanței respective la nivelul creierului. Marazziti a fost de-a dreptul intrigată de felul în care atât persoanele care sufereau de TOC, cât și cei îndrăgostiți puteau petrece ore în șir concentrându-se asupra unui singur obiect sau a unei singure persoane și de cum ambele

grupuri de subiecți recunosc faptul că obsesia lor este una irațională, și totuși, nu au niciun control asupra ei. Cercetătoarea a măsurat nivelul de serotonină pentru 20 de pacienți ce sufereau de TOC, precum și al altor 20 de îndrăgostiți „nebunește“. Apoi a comparat rezultatele cu ale altor 20 de persoane care nici nu sunt îndrăgostite, nici nu suferă de TOC. În vreme ce subiecții „normali“ prezintă un nivel normal de serotonină, cei afectați de TOC sau care sunt îndrăgostiți au cu 40% mai puțină. Felul în care oamenii de știință realizează această estimare ține de cantitatea unei proteine din trombocite. Acest experiment explică astfel cum dragostea pasională de la început se poate transforma cu timpul într-o obsesie.

La reexaminarea acestor subiecți după 12-24 de luni, Marazziti a observat că diferențele hormonale care țin de dorință au dispărut complet, iar nivelul serotoninei a ajuns la normal, chiar și în cazul cuplurilor care continuă să fie împreună. Îndrăgostiții își vor jura unul altuia că întotdeauna se vor „simți“ astfel, dar hormonii lor în mod cert istorisesc o altă poveste. Mama Natură este foarte înțeleaptă – ea reglează nivelul hormonilor exact atât timp cât este necesar pentru atingerea scopului evoluționist – acela de a se produce urmași.

Folosind aceeași metodă pentru selecția de voluntari, în 2005, Enzo Emanuele și colegii săi de la Universitatea din Pavia, Italia, au efectuat cercetări încercând să afle dacă anumiți transmitători chimici, neurotrofinele, nu aveau cumva de-a face cu dragostea pasională. S-au observat rezultate sangvine peste limitele normale în cazul unei proteine denumite NGF (*nerve growth factor*) la voluntarii îndrăgostiți până peste cap, iar valorile înregistrate creșteau odată cu intensificarea sentimentelor pasionale. Asemenea lui Marazziti, Emanuele și colegii ei au descoperit că toate substanțele asociate dragostei s-au dus, chiar și în cazul în care cuplurile încă rezistă. Nici intensitatea inițială a sentimentelor de iubire, nici nivelul proteinei NGF nu au părut să fie un bun indicator pentru a stabili dacă o relație va rezista sau nu.

În mod interesant, un studiu dat publicității în 2008 și efectuat de o echipă de cercetători de la Stony Brook University din New York, în fruntea căreia s-a aflat dr. Arthur Aron, a radiografiat creierul unor parteneri care erau împreună de mai bine de 20 de ani, comparând ulterior rezultatele cu radiografiile cerebrale ale unor proaspăt îndrăgostiți. S-a descoperit că 10% dintre cuplurile mature prezentau aceeași activitate cerebrală și reacții chimice similare atunci

când li se arătau fotografiile ale celor îndrăgiți ca și tinerii îndrăgostiți. Așadar, pentru unii dintre noi există speranță.

Pentru 90% dintre oameni, alți factori în afara unei activități hormonale intense sunt necesari pentru a susține pe termen lung o relație.

În tot acest timp, la spitalul Whitchurch din Cardiff, Țara Galilor, biochimistul Abdulla Badawy a arătat că alcoolul goleşte serotonina din creier. Un nivel mai scăzut al serotoninei înlătură inhibițiile și creează iluzia că acea persoană absolut obișnuită de la celălalt capăt al barului este incredibil de atractivă.

Toate aceste cercetări indică un mesaj limpede pentru toți cei care caută dragostea pe termen lung: așteptați cel puțin doi ani înainte de a vă lua un angajament emoțional sau financiar pe termen lung față de cineva – și alegeți cu grijă barurile prin care vă petreceți vremea.

Dar dacă toți mesagerii chimici ai sentimentelor pasionale intense dispar într-un interval de doi ani, care este acel liant chimic care țin cuplurile laolaltă pe termen lung? Nu e totul pierdut – vom discuta acest subiect în următoarele capitole.

Ce se petrece când ți se dau papucii

Unul dintre motivele pentru care la început dragostea face să-ți stea inima-n loc este posibilitatea și teama că sentimentul s-ar putea să nu fie într-un total reciproc și că ar fi cu puțință ca visul să se sfârșească foarte brusc.

Într-un alt experiment, doctorii Fisher, Brown și Aron au coordonat radiografierea a 40 de tineri bărbați sau femei care fuseseră recent lăsați cu ochii-n soare de iubii lor. Ca și în cazul studiului din 2007, coordonat de Brown și Fisher, care a vizat persoane îndrăgostite de curând, cercetătorii au comparat două seturi de imagini: pe de o parte, cele consemnate în momentul în care subiecților li se arăta poza unui prieten, pe de altă parte, cele în care locul acelei poze era luat de o fotografie cu fostul partener. Rezultatele au demonstrat că atunci când privești fotografia cuiva care te-a abandonat recent, zonele din creier asociate în mod obișnuit cu durerea fizică, un comportament obsesiv-compulsiv, asumarea riscurilor și controlul furiei se activează. Cercetătorii au descoperit, de asemenea, și că, atunci când ești abandonat, aceste porțiuni ale creierului se „aprind” și mai mult și devii încă și mai atras de

partenerul care te-a refuzat. Printr-un mecanism de apărare – similar unui răspuns de tipul „luptă sau fugi“ – creierul se mobilizează pentru cel puțin încă o tentativă de a redobândi atenția persoanei iubite și a evita astfel durerea pe care o resimțim atunci când ni se frânge inima. Cu toate acestea, când în sfârșit acceptăm că ni s-au dat papucii și nu mai negăm această realitate, devin active acele regiuni ale creierului care sunt legate de sentimentul de disperare.

Când ți se dau papucii, creierul vrea să-ți urmărești fostul partener încă și mai intens.

Atunci când participanților la studii li se înfățișa o fotografie a fostei persoane, în creier se declanșa în plus și sistemul dopaminei – același sistem asociat cu plăcerea și dependența. Acest lucru nu se petrecea atunci când subiecților li se arătau imagini ale unor prieteni. Radiografiile cerebrale ale unor persoane cărora li s-au dat papucii explică și de ce sfârșitul unei relații poate atrage după sine grave probleme de sănătate. Atunci când cineva acceptă noua situație, iar hormonii fericirii precum dopamina dispar, aceștia sunt înlocuiți de substanțe care provoacă depresii și pot conduce la scăderea activității sistemului imunitar, fapt care atrage după sine boli. Regula este că pentru fiecare an de relație încheiată este nevoie de o lună pentru a-ți reveni la normal din punct de vedere emoțional și pentru ca hormonii să revină la un nivel normal, sănătos, neafectat de stres. Așadar dacă, să spunem, o relație a durat doi ani, ar fi nevoie de aproximativ două luni pentru a-ți reveni la normal și a trece peste situația respectivă. Astfel se explică de ce oamenii mai în vârstă care pierd un partener după 50 de ani de căsnicie s-ar putea să nu-și mai revină niciodată după ceea ce îndeobște numim „o inimă frântă“.

Rezumat

Simplu spus, impulsurile sexuale sunt rezultatul unui cocktail de substanțe eliberate de creier în sânge, substanțe care stimulează producția de hormoni, în primul rând de testosteron și estrogen. Anumite circumstanțe exterioare pot, de asemenea, să determine creierul să elibereze aceste substanțe. De pildă, mici detalii precum o anumită melodie, un miros special al unei persoane care are unele trăsături mai aparte pot determina această eliberare de substanțe. Pe măsură ce îmbătrânim, nivelul hormonilor, mai cu seamă al testosteronului, scade. Injecțiile cu testosteron au devenit o practică obișnuită pentru bărbații și

femeile mai în vârstă care au un apetit sexual tot mai scăzut. Vom discuta mai pe larg despre toate acestea în capitolele următoare, dar este important să înțelegeți că toate idealurile romantice, sentimentele de iubire, suișurile și coborâșurile care se pot experimenta într-o nouă legătură amoroasă țin, de fapt, de anumite substanțe, legate între ele, și că nu sunt produsul misterioasei și misticei întâlniri a două suflete așa cum multora le place să creadă.

În sfârșit, știința face dezvăluiri cu privire la dragostea pasională, dorință, sex și atașament, lucruri care au fost învăluite într-un aer tainic de mii de ani. O astfel de știință funcționează asemenea unui sistem GPS pentru a identifica dragostea în creier. La auzul unor asemenea vești unii oameni intră în panică și afirmă răspicat că o asemenea abordare înlătură misterul și bucuria oricărei idile sau noi povești de dragoste. De fapt, lucrurile stau exact pe dos. Înțelegând de ce faceți alegerile pe care le faceți și acceptând faptul că dragostea are un fundament științific, biologic și nu ține de cine știe ce forță mistică, veți putea controla mai bine alegerile pe care le faceți și vă veți îmbunătăți șansele de reușită în acest joc al împerecherii, în ciuda faptului că și creierele voastre au anumite „setări“ inițiale. În loc să vă lamentați zicând că „Hormonii m-au împins să fac asta!“, puteți prelua controlul volanului și vă puteți hotărî încotro doriți s-o apucați. Pe lângă biologie, alte forțe joacă și ele un rol important aici și asupra acestora aveți un control destul de mare, după cum veți putea descoperi în restul cărții de față.

Neacceptând faptul că dragostea se traduce printr-o serie de reacții chimice veți fi vulnerabili în fața oricăror escroci sentimentali care s-ar putea ivi.

Atunci când a fost introdus pe piață de către BMW primul sistem de GPS auto, mulți oameni au protestat împotriva acestuia afirmând că astfel se alege praful de toată plăcerea condusului și satisfacția descoperirii unor locuri noi. De fapt, ceea ce GPS-ul a făcut cu adevărat a fost să-i împiedice pe oameni să se mai înfurie sau să fie frustrați, să piardă timp fără rost prin fundături sau să greșească drumul. Poate fi uneori distractiv să te mai pierzi, dar cu o nouă tehnologie, întotdeauna veți avea un plan de rezervă la îndemână și despre asta va fi vorba în capitolele următoare.

- În general, imboldurile și impulsurile noastre sexuale au rămas neschimbate de sute de mii de ani.

- Dragostea, dorința, romantismul și dorințele sexuale sunt toate răspunsuri chimice la nivelul creierului.
- Știința a demonstrat că bărbații și femeile au puncte de vedere diferite cu privire la legăturile amoroase și că dragostea își află sălaș în zone complet diferite ale creierului la cele două sexe.
- Odată ce ați înțeles și acceptat faptul că sentimentele și nevoile voastre sunt controlate de anumite substanțe la nivelul creierului, puteți învăța să lucrați cot la cot cu acestea și nu împotriva lor.

CAPITOLUL 2

Să vorbim deschis despre sex și dragoste



Unele lucruri nu s-au schimbat deloc într-un milion de ani.

Așadar, de ce facem sex? Vă veți gândi că fie există un răspuns incredibil de simplu, fie că întrebarea este prostescă. Gândiți-vă puțin – sexul, pasiunea și relațiile amoroase consumă timp și nu-s nici tocmai ieftine. Cina la restaurant, concediile, convorbirile telefonice fără sfârșit și mesajele nenumărate, cadourile scumpe, căsătoria, divorțul, toate implică timp și costă bani. Și pentru ce? Motivul este continuarea descendenței genetice – și cam asta-i tot. Totul pentru perpetuarea ADN-ului propriu. În cazul oamenilor, sexul este o necesitate puternic înrădăcinată, dar servește, de asemenea, și altor scopuri – este folosit pentru a căpăta putere, statut social, pentru a te juca sau a lega relații cu ceilalți, la fel ca în cazul unor primat precum maimuțele din specia Bonobo. Dar nu toate ființele fac sex pentru a se reproduce. Unele plante, bacterii sau simple nevertebrate, cum sunt viermii, nu fac sex – acestea, pur și

simplu, se clonează pentru a se reproduce. De aceea numim astfel de organisme asexuate. Problema este că prin clonare rezultă urmași identici cu părintele, dar care nu sunt nici mai puternici, nici mai bine adaptați la mediu decât acesta; este, de asemenea, mai puțin probabil ca urmașii să supraviețuiască unor schimbări de mediu. Urmașa unei femele asexuate poate supraviețui numai în același habitat pentru care și mama era adaptată¹, dar mediile se schimbă în permanență. Prin amestecul genelor a doi indivizi pot rezulta urmași mai puternici și mai rezistenți decât amândoi părinții.

Sexul este ereditar. Dacă părinții voștri nu au făcut, nici voi nu veți face.

Acest fenomen a fost demonstrat, în 2007, de Matthew Goddard de la Universitatea din Auckland, Noua Zeelandă. Acesta a comparat două tipuri de grâu – unul care se reproducea sexuat și altul care se clona. În condiții stabile de mediu, ambele soiuri de grâu se reproduceau cam la fel de bine, dar când oamenii de știință au crescut temperatura camerei pentru a crea un mediu mai dur, soiul rezultat prin reproducere sexuată s-a descurcat mult mai bine. Peste 300 de generații, rata de creștere a acestuia a fost cu 94% mai mare, față de 80% în cazul grâului clonat.

Sexul poate fi plăcut și distractiv, dar consumă, de asemenea, foarte mult timp și poate fi obositor. În cele din urmă, duce la urmași mai puternici și mai rezistenți și acesta este motivul principal pentru care îl practicăm.

Cum s-au schimbat vremurile

Până prin anii '40, vârsta de 42 de ani era considerată una mijlocie. Oamenii în jurul vârstei 50 de ani nu se mai gândeau decât la pensie, în vreme ce aceia de 60 de ani erau considerați bătrâni. Aceste stereotipuri au fost puternic contrazise de vedete precum Rod Stewart, Mick Jagger, Sean Connery, David Bowie, Cher, Hugh Hefner, Madonna, Joan Collins sau Paul McCartney, pentru a numi numai câțiva.

Secolul XXI va fi unul propice pentru cei trecuți de 40 de ani, deoarece ei s-au născut în anii '60 sau '70, perioade care au avut un enorm impact asupra stilului de viață și culturii moderne. Această generație explorează noi beneficii

în sănătate și longevitate și învață cum să dea înapoi ceasul procesului îmbătrânirii. Până spre sfârșitul secolului XX, o femeie obișnuită trecută de 40 de ani era văzută ca fiind așezată, căsătorită, domestică și la locul ei și era mai probabil să folosească un feliator de pâine decât un vibrator. Viața ei era considerată a fi una plictisitoare, anostă, golită de pasiune, sex sau romantism, întocmai ca în epoca victoriană. Acum modelele unor femei de peste 40 de ani arată trupuri și atitudini mai apropiate de cele ale femeilor de 30 de ani. Aceasta este prima generație de oameni care refuză să accepte procesul îmbătrânirii.

Iată câteva statistici despre schimbările care au avut loc în unele societăți contemporane. Aceste informații au fost colectate pe parcursul anului 2008 și au fost extrase din documente ce provin de la diferite birouri pentru date și statistică sau centre naționale de sănătate din aproape 30 de țări occidentale și europene, prin acestea numărându-se Marea Britanie, Australia, Noua Zeelandă, Statele Unite, Canada, Germania, Franța, Olanda și Spania:

1. În zilele noastre, vârsta medie pentru ginere este de 34 de ani, iar pentru mireasă de 32. (Adăugați încă trei ani pentru a afla cifrele corespunzătoare celei de-a doua căsătorii.)
2. Vârsta medie a mamelor la nașterea primului copil era, în 2008, de 30 de ani. Unul din șase cupluri folosește acum fertilizarea in vitro din pricina unor probleme de fertilitate.
3. Vârsta medie a persoanelor divorțate a crescut de la 37,6 ani, în 1988, la 44,2 ani, în 2007, în cazul bărbaților, și de la 34,8 ani la 41,3 ani, în cazul femeilor.
4. Aproximativ 40% dintre copii sunt acum concepuți de părinți care nu sunt căsătoriți.
5. Numai 36% dintre cupluri aleg o ceremonie religioasă atunci când se căsătoresc.
6. În 80% dintre cuplurile în care un partener sforăie, se doarme separat.

Asemenea rezultate nu au mai fost niciodată consemnate la generațiile precedente de oameni și scot în evidență o uriașă schimbare de atitudine în ceea ce privește relațiile.

Cum sunt acum studiați oamenii

Oamenii sunt tot mai mult studiați pornind de la un model evoluționist folosit de cercetătorii care studiază comportamentul animalelor. Printre etichetele sub care se ascunde o astfel de muncă se numără psihologia evoluționistă, biologia evoluționistă, ecologia comportamentului uman și sociobiologia umană. Luate la un loc, de obicei numim toate aceste domenii „psihologie evoluționistă umană“ (PEU), deoarece scopul pe care toate acestea îl au în comun este acela de a explica de ce suntem așa cum suntem, pornind de la studierea locului de unde am plecat. Numeroși cercetători ai PEU și-au început carierele științifice studiind comportamentul animalelor, și, drept urmare, cercetările referitoare la PEU sunt asemănătoare cu toate cele care vizează comportamentul animal, pornind de la principiul că au evoluat și comportamentele umane la fel ca și cele ale tuturor animalelor. În PEU, „animalul“ care face obiectul cercetărilor desigur că poate vorbi, fapt ce are atât avantaje, cât și dezavantaje pentru cercetători. Înțelegerea psihologiei evoluționiste a omului implică faptul că vom putea anticipa mai corect felul în care oamenii vor reacționa sau răspunde în fața anumitor situații.

De exemplu, păunul a evoluat astfel încât să aibă un penaj minunat, deoarece păunițele au preferat întotdeauna masculii care au cozi mai strălucitoare, mai colorate, care să le ia ochii. Păunițele îi respingeau pe păunii care aveau un penaj anost, deoarece masculii mai puțin rezistenți nu pot avea cozi impresionante. Din punct de vedere evoluționist, efectul a fost acela că toți masculii cu o înfățișare mai anostă au fost lăsați pe dinafară, deoarece femelele nu se împerecheau cu ei.



Ca și în cazul păunilor și păunițelor, strategiile sexuale ale oamenilor pentru a-și găsi un partener potrivit funcționează la un nivel subconștient. Ca și la alte specii animale, împerecherea în cazul oamenilor este întotdeauna strategică, niciodată la întâmplare – indiferent de ceea ce ne-ar plăcea sau nu să credem. Foarte simplu spus, femeile au dorit întotdeauna bărbați care le puteau oferi resurse – hrană, protecție, ajutor –, iar bărbații care nu au reușit să agonisească resurse au mai puține șanse de a-și trece mai departe genele către o generație viitoare.

De ce este atât de important să fii iubit și să fii îndrăgostit

De la începuturile medicinei practicate într-un cadru formal, prin secolul al XVIII-lea, doctorii nu prea au fost dispuși să accepte idei legate de longevitatea oamenilor care nu puteau fi nici măsurate, nici cuantificate. Cercetările din zilele noastre au demonstrat că dacă ești iubit și la rândul tău iubești pe cineva poți trăi în mod semnificativ mai mult, iar acest lucru cântărește mai mult decât orice altceva – fie că vorbim de gene, diete, medicamente sau stil de viață.

Nimic din toate acestea nu poate avea un efect similar celui al dragostei. Dr. Dean Ornish, într-un volum care a deschis multe drumuri – *Stress, Diet and your Heart*, este unul dintre pionierii cercetărilor legate de longevitate și a fost primul om de știință din domeniul medicinei care a demonstrat că suferințe precum bolile de inimă pot fi produse sau, dimpotrivă, împiedicate de stilul de trai și de existența în viața fiecăruia a unor relații pozitive, de iubire. Dr. Ornish a făcut referire la studiul Harvard „Cunoașterea stresului“, desfășurat, la începutul anilor '50, la Universitatea Harvard, în care cercetătorii au înmânat chestionare unui număr de 156 de bărbați, cărora li s-a cerut să evalueze felul în care se simt față de părinți, notând relația pe o scară de la „relație caldă, de apropiere“, la „relație rece, ca niște străini“. După 35 de ani, s-a descoperit că 91% dintre subiecții care nu considerau că au o relație apropiată cu mamele lor au fost diagnosticați cu serioase probleme de sănătate și boli odată ajunși la o vârstă mijlocie. Numai 45% dintre participanții care considerau că au o relație apropiată cu mama aveau vreo problemă majoră de sănătate. Când vine vorba de apropierea față de tată, 82% dintre cei mai puțin atașați au ajuns să sufere probleme serioase, spre deosebire de numai 50% dintre cei care aveau o relație foarte apropiată. Pentru participanții care nu se simțeau apropiați de *niciunul* dintre părinți rezultatele sunt uluitoare: absolut toți au fost diagnosticați cu o boală gravă după ce au atins vârsta mijlocie.

Oamenii care se simt iubiți trăiesc mai mult și au parte de o sănătate mai bună.

Mai mulți cercetători de la Universitatea de Medicină Case Western Reserve din Cleveland, Ohio, au adresat chestionare unui număr de 8 500 de bărbați care nu aveau antecedente de ulcer duodenal, monitorizându-i ulterior timp de cinci ani. Rezultatul a fost că 254 de bărbați au dezvoltat ulcere, dar uimitor e faptul că aceia care au răspuns la una dintre întrebările chestionarului cu „Soția mea nu mă iubește“ s-au îmbolnăvit într-o proporție de trei ori mai mare decât bărbații care erau convinși că sunt iubiți de consoartele lor. Într-un alt experiment care s-a întins tot pe o perioadă de cinci ani, cercetătorii au urmărit evoluția a 10 000 de bărbați care nu fuseseră vreodată bolnavi de angină pectorală. Bărbații care au răspuns „da“ la întrebarea „Vă iubește soția dumneavoastră?“ s-au îmbolnăvit într-o mult mai mică măsură, indiferent de alți posibili factori de risc. Din studii a mai reieșit un fapt: cu cât riscurile

pentru sănătate ale unui bărbat erau mai înalte, cu atât mai mare era contribuția dragostei nevestei sale la o sănătate de fier. Alte cercetări aflate acum în desfășurare indică faptul că emoțiile joacă un important rol protector împotriva acelor lucruri care provoacă stres și conduc la tot soiul de boli și afecțiuni.

Așadar, asta înseamnă că dacă ai avut o relație proastă cu un părinte sau cu ambii părinți ești condamnat, de exemplu, să mori de cancer? Din fericire, nu. Cercetările au arătat și faptul că o relație profundă de dragoste pe care o are un adult aduce o siguranță emoțională care poate compensa efectele timpurii ale neînțelegerilor cu părinții. Dacă însă cineva repetă aceleași tipare ale relațiilor pe care le-a experimentat în copilărie, cu siguranță va deveni un candidat serios pentru a se îmbolnăvi destul de grav.

Studiile de pretutindeni demonstrează că oamenii căsătoriți trăiesc mai mult, prezintă o rată a mortalității mai scăzută pentru aproape fiecare afecțiune în parte, decât cei singuri, despărțiți, divorțați sau rămași văduvi. Șansele de a supraviețui mai mult de cinci ani după ce ai fost diagnosticat cu cancer sunt mai mari pentru cei căsătoriți, indiferent de rasă, cultură sau sex, decât pentru cei necăsătoriți.

Bărbații căsătoriți trăiesc mai mult decât cei singuri, dar tot ei sunt și mai dornici să moară.

Există studii care arată că oamenii căsătoriți au parte de o sănătate mai bună decât cuplurile care aleg să trăiască împreună, dar în afara căsniciei. Asta se întâmplă, deoarece mariajul aduce cu sine mai multă securitate emoțională decât concubinajul, mai ales pentru femei, deoarece lumea află că partenerul nu mai e „disponibil“.

Căsătoria înseamnă mai puțin stres și un sentiment mai mare de siguranță, ceea ce conduce la un sistem imunitar mai sănătos. Linda Waite, care ocupă funcția de președinte în cadrul Population Research Association of America, a întreprins un studiu în urma căruia a rezultat faptul că atât în cazul bărbaților, cât și în cel al femeilor căsătoria crește speranța de viață. În medie, bărbații căsătoriți trăiesc cu zece ani mai mult decât cei necăsătoriți, iar femeile căsătorite, cu patru ani mai mult decât cele necăsătorite. Pe scurt, cei căsătoriți trăiesc mai mult și suferă de mai puține boli decât cei necăsătoriți.

Până în 2021, în Marea Britanie unul din cinci cupluri va trăi în afara căsniciei, preferând concubinajul.

Cele șapte feluri de iubire

Pentru majoritatea oamenilor, dragostea este un mare mister – mai cu seamă pentru bărbați. Bărbații nu prea au habar la ce se referă o femeie când folosește termenul de „iubire“. Mai întâi îi spune „Te iubesc!“, după care „Îmi iubesc câinele“, iar în faza următoare aflăm că „Iubesc *sushi*-ul“ și că „Iubesc să merg la cumpărături“. Și astfel bietul de el ajunge să se întrebe pe unde s-ar clasa între un preparat culinar, cumpăratul hainelor și un labrador.

Sigur că te iubesc, afirmă el sus și tare. Sunt soțul tău, asta mi-e meseria.

Problema e că majoritatea limbilor moderne au un singur cuvânt pentru a acoperi o paletă foarte largă de emoții – „dragoste“. În limbile antice existau mai multe categorii de dragoste și câte un cuvânt diferit pentru a acoperi fiecare înțeles diferit. Anticii perși aveau 78 de cuvinte, grecii patru, în latină existau cinci, dar în engleză există unul singur.

În ziua de azi există șapte feluri principale de dragoste:

1. **Dragostea pasională** – atracție fizică, sentimente sexuale, pasiune și activitate hormonală.
2. **Dragostea pragmatică** – să îți iubești țara, slujba, mersul la cumpărături sau pizza.
3. **Dragostea altruistă** – să iubești o cauză, o divinitate sau o religie.
4. **Dragostea obsesivă** – gelozie, obsesie, emoții puternice și instabile.
5. **Dragostea frățească** – pentru prieteni, vecini.
6. **Dragostea obișnuită** – pentru tovarăși de tot felul și alți oameni.
7. **Dragostea familială** – sentimente de iubire pentru copii, părinți, frați sau surori.

Așadar, prima oară când o femeie îi spune unui bărbat „Te iubesc!“, ce ar trebui să creadă acesta? Până acum, relația cu ea a fost din punctul lui de vedere excelentă – foarte mult sex, râsete și voie bună, momente plăcute. Acum bărbatul are în față un tablou în care se regăsesc: logodna, căsătoria, socrii, copiii, plictiseala, pierderea oricăror hobby-uri, torturile mentale, monogamia veșnică, burta revărsată și chelia. Pentru o femeie, dragostea indică monogamie, constituirea unui cămin, o familie, copii – toate prioritățile feminine care îi pot speria pe bărbați.

Diferitele noastre hărți ale dragostei

O „hartă a dragostei“ este o schiță în care sunt incluse lucrurile care credem că ne atrag. Această tabelă de marcaj interioară este folosită de oameni pentru a nota compatibilitatea partenerilor. Cum ne hotărâm de cine suntem atrași depinde atât de creier, cât și de un set de criterii formate încă din copilărie. Aceste criterii au la origine lucruri pe care le-am văzut sau experimentat, ca de exemplu, modul în care părinții noștri au rostit anumite cuvinte sau fraze, ce li se părea lor a fi incitant sau respingător, ce credeau prietenii noștri din copilărie că era bun sau rău, ce părere aveau profesorii noștri despre recompense și pedepse, precum și o mulțime de alte lucruri, aparent minore, cu care am avut de-a face. Oamenii de știință care studiază felul în care ne alegem partenerul consideră că aceste hărți ale dragostei încep să se contureze în jurul vârstei de 6 ani și sunt complet creionate până la vârsta de 14 ani.

Dar două lucruri sunt acum sigure: femeile folosesc resursele bărbaților ca etalon pentru evaluarea acestora, în vreme ce pentru bărbați contează cât de tânără, frumoasă și sănătoasă este o femeie.

Când aveți patru ani, probabil că vă doreați să vă căsătoriți cu mama, tatăl, bona, fratele sau sora. Oamenii de știință au descoperit că ne pierdem interesul romantic pentru cei apropiați în jurul vârstei de șapte ani, când oamenii care sunt mai depărtați de noi, mai distanți și mai misterioși devin mai atractivi. Această aversiune față de membrii familiei se produce la nivel chimic în creier, după cum a demonstrat celebrul experiment al „tricoului transpirat“. Mai multor femei li s-a cerut să miroasă tricourile unor bărbați pentru a evalua cât de mult se simte atrase de fiecare tricou în parte. Rezultatul a fost limpede: cu cât sistemul imunitar al unui bărbat era mai apropiat de al ei – precum cel al fratelui, unchiului sau tatălui – cu atât mai puțin atrăgător era tricoul respectiv.

Cu cât sistemul imunitar al purtătorului era mai diferit de al ei, cu atât mai interesată era femeia de tricoul acela. Acest fenomen a fost observat și la alte mamifere și s-a dezvoltat pentru a ne împiedica să ne împerechem cu aceia care sunt prea apropiați de noi din punct de vedere genetic, fapt care ar putea conduce la probleme biologice pentru urmașii noștri. Intră în scenă principiul supraviețuirii celui mai puternic.

Sincronizarea este, de asemenea, un factor puternic în ceea ce privește atracția. Dacă trăiți sușuri sau coborâșuri emoționale precum depresia, singurătatea, divorțul sau sărbătorirea unei reușite, creierul vostru caută oameni care vă pot satisface nevoia de dragoste pe care o aveți la un moment dat. Atunci când împrejurările exterioare se schimbă, se modifică și nivelul hormonilor, iar hărțile dragostei devin active. Pentru acesta e de ajuns și o schimbare de mediu – studiile au arătat că atunci când oamenii sunt în vacanță sau la vreo conferință care are legătură cu slujba, atunci când sunt entuziaști, relaxați sau se simt eliberați de obișnuitele lor obligații casnice, nivelul dopaminei din creierul lor crește, fapt care-i face mai predispuși pentru a se îndrăgosti sau a se angaja în aventuri amoroase. În ambele cazuri este evident că hormonii sunt de vină.

Felul în care presa și Hollywoodul dau culoare punctelor noastre de vedere

Actorul este un mincinos de profesie, iar atunci când un actor intră foarte convingător în pielea unui personaj acesta câștigă un premiu Oscar. Hollywoodul implică numai imagini false, pasiune și strălucire artificială și amăgitoare și ne așteptăm ca bărbații și femeile să recompună aceste imagini în viața reală. Actorii dau naștere unor iluzii credibile și folosesc efecte speciale pe ecran care nu pot fi reproduse în lumea reală. De două generații încoace, ni s-au tot pompat în minte astfel de imagini artificiale și drept urmare femeile recurg la măsuri drastice pentru a aduce cu zeițele desăvârșite de pe marele ecran, în vreme ce de la bărbați lumea se așteaptă să fie mai incitanți, pasionali și curtenitori decât au fost ei vreodată de-a lungul istoriei. Când a fost ultima oară când ați luat cina la un restaurant scump în fața căruia ați coborât dintr-o limuzină luxoasă, mirosind a parfum Chanel, purtând haine Versace și un ceas Rolex, având o coafură perfectă și un trup divin și ați ascultat pe fundal muzica

unei orchestre alcătuite din 30 de instrumentiști? Ei bine, asta este imaginea împotriva căreia luptați, pe care vă așteptați să o atingeți.

Acestea sunt modelele de „irealitate“ care vi se servesc în mod constant în presa contemporană și acesta e genul de presiune la care bărbații și femeile din zilele noastre sunt supuși, deoarece se presupune că la un astfel de nivel ar trebui să ajungă. Numeroase femei sunt amăgite la gândul că ar putea avea un prototip de Brad Pitt putred de bogat, în timp ce-n realitate au lângă ele un mecanic auto care câștigă un salariu decent. Linia dintre realitate și ficțiune este tot mai neclară. La începutul unei relații, numeroși bărbați, alimentați de așteptările nerealiste ale femeilor, le dau acestora iluzia că pot fi la înălțimea aspirațiilor, fie și măcar în parte. Femeile și-l doresc pe bărbatul din *Zile din viața noastră*, deoarece el cunoaște exact ceea ce-și dorește o femeie și o mulțumește mereu. Cu timpul însă, femeia realizează faptul că bărbatul ei este doar unul ca oricare altul, moment în care se poate instala deziluzia. Așteptările nerealiste se numără printre motivele cele mai serioase care duc la încheierea unor relații.

Femeile sunt bombardate zilnic cu sute de imagini ale „noului model de bărbat“ plasat în situații romantice amuzante care implică un așa-zis *macho man* care gândește, vorbește și reacționează ca o femeie. Acești bărbați au trupuri frumos dăltuite, poartă haine scumpe, au piepturi păroase și bărbi tăiate atent, și sunt nerăbdători să le asculte pe femei vorbind despre relațiile în care sunt implicate și viețile lor. Astfel de imagini sunt promovate și în paginile revistelor pentru femei, astfel încât o doamnă ajunge să creadă că ea este singura care nu are alături de ea un bărbat grozav precum cei din *Tânăr și neliniștit*. În consecință, studiile au arătat că femeile care-și petrec timpul citind romane de dragoste sau alte ficțiuni de acest fel nu sunt niciodată mulțumite și fericite cu viețile lor, deși alte cercetări au arătat că de regulă acestea au mai multe orgasme decât femeile care nu citesc.

De ce sunt de obicei femeile căsătorite mai corpolente decât cele singure? Pentru că o femeie singură vine acasă, vede ce e în frigider și se bagă-n pat. Femeia căsătorită vine acasă, vede ce-i în pat și se-ntoarce la frigider.

**De ce este secolul XXI mai dificil
pentru bărbați**

Bărbații născuți înainte de anii '60 sunt printre ultimii care au fost crescuți fiind convinși că, pentru a fi atrăgători, trebuie să aibă o slujbă, un hobby și o magazie afară. Aceștia erau nevoiți să țină deschisă ușa unei femei, să nu folosească niciodată un limbaj ireverențios în preajma vreunei doamne, să bea multă bere și să-i venereze pe John Wayne și Cary Grant. În linii mari, cam asta e tot ce i se cerea unui bărbat „adevărat“. John Wayne reprezenta portretul robot perfect pentru bărbați, deoarece era dur și rezistent, rămânând, totuși, curtenitor cu femeile și onest.

Un bărbat adevărat n-ar plânge niciodată în public în afara cazului în care privește un film în care un câine curajos moare pentru a-și salva stăpânul. Sau în care Heidi Klum își descheie nasturii de la bluză. Sau dacă varsă în mod accidental o cutie plină de bere.

Începând cu anii 1970 și odată cu dezvoltarea societăților occidentale mai feminizate, așteptările femeilor cu privire la bărbați și la relații s-au schimbat. Femeile au acum pretenții mai mari de la bărbați, la care mamele sau bunicile lor nici nu ar fi îndrăznit să viseze. Până în anii '70, femeia trebuia să-și „găsească un bărbat“ pentru a fi întru totul respectabilă din punct de vedere social, să aibă copii „legitimi“ sau chiar să poată lua bani cu împrumut. Acum că toate aceste condiții nu mai există, femeile sunt libere să ceară tot ce-și doresc de la bărbați. Mulți bărbați au încercat să facă față provocării și să se ridice la înălțimea așteptărilor noi, dar din cauză că de obicei criteriile suplimentare ale femeilor îi cer lui să gândească asemenea unei femei – de pildă, să-și dea seama când cineva este prost dispus sau deprimat, să vorbească la nesfârșit despre sentimente și să discute de-a fir a păr diferite probleme fără a găsi o soluție (aceste lucruri nu sunt firești și înrădăcinate în creierul unui bărbat) – cei mai mulți au rămas în ceață, uluiți, preferând să se refugieze într-un comportament pe care l-am denumit anterior ca fiind „necizelat“ sau „macho“. Aceste comportamente includ obsesia pentru detalii legate de cii putere ai mașinilor, motoare, computere, statistici sportive, toate acestea combinate cu câteva, dacă există și acelea, abilități personale de comunicare. Societățile feminizate din ziua de azi nu prea acceptă acest comportament al bărbaților și încearcă să-l definească drept o boală. Unii bărbați sunt etichetați ca fiind bolnavi mintal când, de fapt, aceștia nu fac altceva decât să afișeze

forme acute de comportament masculin sau au fost prost educați și crescuți de părinți.

În sistemul educațional actual, profesorii copiilor mici sunt aproape în exclusivitate femei. Ele îi încurajează pe băieți să-și rezolve problemele prin „discuții“ și să se „joace frumos“, lucruri care se deosebesc complet de ierarhizări, încăierări, trânte sau alegerea unor lideri, lucruri înrădăcinate adânc în creierul masculin. Bărbații profesori sunt foarte puțini, dacă nu chiar lipsesc cu desăvârșire. Toate acestea contribuie la confuzia noilor generații de tineri bărbați care nu mai știu precis ce înseamnă masculinitatea.

Din nefericire, ștacheta care marchează așteptările pe care le are o femeie de la un bărbat este ridicată an de an de presă și de Hollywood, atât de mult încât unii bărbați pur și simplu au renunțat să se mai străduiască. De la femei ne așteptăm să se ridice la nivelul imaginilor vedetelor pe care pășesc pe covorul roșu, imagini care apar pe copertele revistelor pentru femei, dar este încă și mai dificil pentru bărbați, deoarece revistele pentru femei cel puțin le arată doamnelor cum se presupune că ar trebui să arate – revistele pentru bărbați, nu. Noul mascul perfect al secolului XXI ar trebui să fie un luptător la locul de muncă, o minunăție metrosexuală când vine vorba de haine, gătit și decorațiuni, un armăsar în dormitor, un pachet de mușchi în sala de gimnastică, un tată perfect, un prieten care adoră să asculte femeile vorbind despre problemele lor și un tip sensibil care varsă o lacrimă când se uită la *Prietenele* sau la *Romeo și Julieta*. Din nefericire pentru majoritatea femeilor, acest soi de bărbat de obicei are prieten.

În timp ce lista cerințelor pentru bărbatul perfect al secolului XXI crește în permanență, numeroși bărbați își găsesc adăpost în meciuri de fotbal, curse de mașini, baruri, locuri unde bărbații se mai pot încă purta firesc în fața altor bărbați. Pentru femei e simplu: se duc la cumpărături și mănâncă ciocolată.

Rezumat

Trăim astăzi într-o lume în care relațiile sunt mai dificil de început și mai greu de continuat decât era cazul cu generații în urmă. Așteptările bărbaților și femeilor de la reprezentanții sexului opus au ajuns la cote mai mari ca oricând, iar părinții nu prea știu cum să ne sfătuiască. Totuși, iubirea altora și iubirea pentru alții sunt la fel de vitale pentru oameni, pentru sănătatea și supraviețuirea lor ca-ntotdeauna. Ne așteptăm de la bărbați ca în unele situații

să fie înțelegători, blânzi și feminini, în timp ce în altele să se comporte îndrăzneț și masculin, iar de la femei avem pretenția să se descurce singure și să știe cum să folosească un sistem GPS. Aceste lucruri nu au făcut niciodată parte din fișa postului strămoșilor noștri. Dacă înțelegeți cine suntem și de unde venim, veți putea dezvolta cu ușurință strategii de succes pentru a atrage reprezentanți ai sexului opus și a vă descurca cu aceștia. În primul rând, însă, trebuie să înțelegeți ce dorește *cu adevărat* sexul opus de la dragoste și sex și de asta ne vom ocupa în următoarele două capitole.

- Deși în ultimul secol societatea s-a schimbat radical, nevoile și motivațiile noastre au rămas neschimbate de sute de mii de ani.
- Mijloacele mass-media au produs pentru bărbați și femei așteptări nerealiste în ceea ce privește relațiile. Nimeni nu e perfect și a încerca să cauți pe cineva perfect sau a te strădui să-ți schimbi partenerul este o rețetă sigură pentru dezastru.
- Înțelegerea motivațiilor noastre străvechi este cheia unei relații fericite.

Note:

1 Williams (1975). (*N. a.*).

CAPITOLUL 3

Ce-și doresc femeile cu adevărat

Te angajezi să-ți iubești și să-ți respecti soțul, să faci curat după el, să-i gătești, să trăiești în mirosul unor vânturi puturoase, să renunți la partea ta din așternut și la controlul telecomenzii, să ștergi picături de pipi de pe capacul de la veceu pentru toate zilele vieții tale?



Fără să-și dea seama, multe mame își pregătesc copiii să fie niște parteneri și soți îngălați. Băiatul învață că mama îl va iubi indiferent de ce face sau ce nu face. Ea l-a învățat că nu e nevoie să-și pună hainele în ordine și nici să o întrebe ce a făcut în ziua respectivă. Nu trebuie să o invite la cină și nu e nici măcar nevoit să-i vorbească politicos. Mama lui îl învață că dragostea ce-l leagă de o femeie este ca o stradă cu sens unic și că el nu trebuie să facă nimic pentru ea ca să fie fericit. Din acest motiv, când se mai potolește năvala hormonilor care însoțește orice nouă relație – după cum se întâmplă în mod inevitabil – romantismul se risipește, pasiunea dispare și

sexul se rărește. El nu era nevoit să îi dovedească în permanență mamei dragostea lui – era de la sine înțeles că asemenea sentimente există – așa că de ce această nouă femeie ar avea nevoie mereu de dovezi de iubire? La început este evident că noua dragoste și-a intrat deja într-un rol matern din moment ce începe să-i spele hainele, să-l bată la cap spunându-i ce ar trebui să facă în viață și să-i spună ce să mănânce, dar niciun bărbat nu e prea încântat de ideea de sex cu mama lui. Înțelegeți că singura dată când o femeie poate schimba cu succes un bărbat este atunci când e-n scutece.

Când încercați să schimbați un bărbat, preluați rolul mamei lui, iar ea e cea care l-a silit să mănânce spanac și să-și facă temele.

Nevoile de schimbare pentru femei

Femeile din ziua de azi își doresc cu mult mai mult de la o relație decât și-ar fi putut închipui strămoșii noștri. Pentru a demonstra cât de mult s-au schimbat lucrurile, iată un fragment despre sex dintr-un manual intitulat *Economie casnică* scris, în 1963, de o femeie, pentru tinere femei:

Când vă retrageți spre dormitor, pregătiți-vă de culcare cât mai repede cu putință. Deși igiena feminină este de o importanță vitală, soțul vostru obosit nu vrea să stea la coadă și la baie, așa cum face, de pildă, la gară. Dar amintiți-vă să arătați cât se poate de bine când vă băgați în pat. Încercați să afișați o înfățișare caldă și primitoare, dar fără ostentație. Dacă este nevoie să folosiți creme de față sau bigudiuri, așteptați ca el să adoarmă, deoarece altminteri ar putea fi șocant pentru un bărbat ca ultimul lucru pe care-l vede înainte de somn să fie un asemenea tablou. În ceea ce privește posibilitatea relațiilor intime cu soțul vostru, amintiți-vă jurămintele conjugale și mai ales angajamentul pe care vi l-ați luat de a asculta de bărbat.

Dacă el simte nevoia de a adormi pe loc, atunci așa să fie. În toate, lăsați-vă conduse de dorințele bărbatului vostru; nu faceți presiuni de nicio formă asupra lui pentru a încuraja manifestările intime. Dacă soțul dumneavoastră sugerează acuplarea, respectați cu smerenie decizia și în tot acest timp țineți minte că satisfacția unui bărbat este mai importantă decât cea a unei femei. În momentul în care el atinge momentul împlinirii, un geamăt înfundat din partea voastră este de ajuns și încurajator pentru el pentru a-i indica satisfacția pe care o veți fi simțit. În cazul în care soțul vostru sugerează vreo practică mai puțin obișnuită, nu vă plângeți și supuneți-vă, dar alegeți să vă exprimați îndoielile prin păstrarea tăcerii în tot acest timp.

Foarte probabil după aceea soțul vostru va adormi pe dată, așa că înviorați-vă un pic, aranjați-vă hainele, folosiți crema de față și produsele pentru aranjarea părului. Apoi puteți pune ceasul să sune astfel încât să vă treziți de dimineață cu puțin timp înaintea lui. Astfel veți putea să-i pregătiți cana matinală de cafea, astfel încât să fie numai bună de băut când se trezește.

Unii bărbați care citesc aceste rânduri s-ar putea să-și dorească întoarcerea la acele timpuri; de fapt, unii bărbați sunt convinși că textul de mai sus este destul de corect și de bun-simț. Totuși femeile din secolul XXI caută mult mai multe lucruri la o relație decât mamele sau bunicile lor, deoarece în acele timpuri și circumstanțele erau altele. În vreme ce la femeile din ziua de azi continuă să existe preferințe puternic înrădăcinate în ceea ce privește bărbații, totuși ele s-au îndepărtat foarte mult de felul de a fi al precursorilor. În vreme ce creierul a rămas puternic înrădăcinat în trecut, societatea modernă le îngăduie și se așteaptă de la ele acum să facă alegeri și să ia decizii cu care generațiile trecute nu s-au confruntat.

Mamele încă își sfătuiesc ficele să poarte lenjerie curată, nepătată și fără găuri, pentru cazul în care ar putea fi implicate într-un accident de mașină. Oare, mamele se gândesc că ficele lor vor fi duse la un spital după ce își vor fi pierdut cunoștința, loc în care personalul medical le va ridica fustele și se va amuza pe cinste?

Mama mi-a spus să „văd ce aleg“

În anii '50, 60% dintre femei își pierdeau virginitatea cu bărbatul cu care erau logodite sau cu care aveau să se căsătorească. Astăzi, procentul acestora este de numai 1%. Una din cinci femei născute în Occident sau în Europa după 1960 nu are copii – până în 1960 femeile care erau fertile aveau copii, deoarece existau puține mijloace contraceptive disponibile –, iar acum peste 2 000 000 de femei divorțează anual în China. O femeie de douăzeci și ceva de ani din zilele noastre este la fel de posibil să aibă în poșetă un prezervativ, după cum are mereu la ea un ruj. Femeile care caută acum sexul de obicei caută și o sporire a respectului de sine.

În SUA, 42% dintre femeile care au salarii foarte bune nu au copii, iar 14% dintre acestea afirmă că nici nu vor să aibă copii.

Până la vârsta de 30 de ani, cele mai multe dintre tinerele femei au avut trei sau mai mulți parteneri sexuali. Aceste femei s-au folosit de vremea când aveau în jur de 20 de ani pentru a se descoperi pe sine, iar acum își fac un cămin și o familie. Majoritatea revistelor pentru femei țintesc un public feminin de

douăzeci și ceva de ani cu întrebări legate de tehnici și de sexualitate. Rareori, se mai găsește în ziua de azi vreo revistă pentru femei pe coperta căreia să nu stea scris „sex“ sau „orgasm“, iar în toaletele pentru femei se găsesc automate cu prezervative. Și totuși, în serialele de televiziune încă sunt înfățișate cupluri care se căsătoresc după vreo șase episoade, sugerându-se astfel ideea că dragostea și pasiunea sunt într-un fel validate prin căsătorie. Dilema cu care se confruntă femeile din ziua de azi este că majoritatea bărbaților s-au schimbat foarte puțin și nu se potrivește mai deloc cu cei portretizați la televizor sau în filme. Numeroși bărbați au încă atitudini similare celor ale părinților și înaintașilor lor și nu doresc câtuși de puțin să iasă din această zonă masculină de confort conturată de muncă și sport.

Din mijloacele mass-media din ziua de azi, femeile află că este permis un comportament cunoscut înainte sub numele de promiscuitate, și totuși, în același timp, femeile din prezent sunt interesate, poate chiar obsedate de relații permanente și după toate aparențele nu se pot sătura să afle mai multe despre cupluri celebre precum cele alcătuite din David și Victoria Beckham sau Brad Pitt și Angelina Jolie.

Fetele vor numai să se distreze

Cu toate acestea, femeile care conduc revoluția sexuală a zilelor noastre nu au în jur de 20 de ani, ci aproximativ 40. Au o carieră pe care au început să și-o construiască pe când aveau puțin peste 30 de ani și de obicei au copii destul de mari și tot mai independenți. Numeroase femei s-au hotărât că nu mai au nevoie de căsătorie și că nu-și doresc să rămână prizoniere într-o relație plictisitoare și lipsită de iubire.

*Pentru multe femei, căsătoria nu mai este pe viață. Viața e prea lungă.
Căsătoria se încheie din dragoste.*

Instituția tradițională a căsătoriei le oferea femeilor un statut social și un anumit nivel de siguranță și încredere, deoarece, până prin anii '70, capul celor mai multor familii era bărbatul – cel care pune pâinea pe masă –, astfel încât femeile aveau și un beneficiu financiar. Căsătoria tradițională nu le mai oferă femeilor asemenea avantaje pentru că ele pot acum să-și câștige singure

resursele necesare, să atingă statutul dorit, iar o căsnicie se poate încheia peste noapte.

O treime din femeile din SUA câștigă mai mulți bani decât soții lor.

Pe lângă noile circumstanțe sociale în care se regăsesc femeile din prezent, înțelegerea felului în care au evoluat femeile din timpuri străvechi ne va permite să pricepem felul în care femeile de azi gândesc, reacționează și ce valorizează ele într-o relație. Mai mult decât orice altceva femeile pun preț pe dragoste și își măsoară succesul și valoarea personală în funcție de cât de puternice sunt relațiile lor. Pe de altă parte, bărbații își măsoară succesul și valoarea personală prin lucrurile pe care le obțin sau reușesc să le îndeplinească. Femeile din timpuri străvechi au evoluat astfel încât să aibă grijă de bărbați și să le ofere dragoste pentru că de aceste lucruri era nevoie pentru a avea siguranța hranei, protecției și garanția supraviețuirii, acesta era târgul. O femeie care nu era în stare să-și facă bărbatul să o iubească putea fi alungată din peșteră, ajungând astfel la mila vrăjmașilor sau în ghearele animalelor sălbatice. Femeile îi îngrijeau și îi iubeau pe copii, astfel încât aceștia să poată crește o nouă generație, iar moștenirea genetică să fie dusă mai departe. Unii bărbați nu se mai întorceau de la vânătoare sau din războaie, astfel încât femeile erau nevoite să ofere și să primească dragoste de la semenele lor; pentru a supraviețui aveau nevoie de sprijinul unui grup.

Acesta a fost modul lor de viață timp de sute de mii de ani, iar această situație s-a schimbat, din punct de vedere evoluționist, practic peste noapte. Pentru prima oară introducerea pilulelor contraceptive le îngăduia femeilor să aleagă între slujbă și a avea copii. Mișcarea feministă din anii '60 le-a îngăduit femeilor să gândească și să acționeze în mod independent, putând lua singure propriile decizii. Începând cu anii '80 și '90, femeile s-au bucurat de egalitate de șanse, astfel fiind posibil să accedă la noi poziții de putere și influență. Cu toate acestea, mintea unei femei din secolul XXI, independentă, încrezătoare, care se descurcă pe cont propriu, este încă infestată de dorința primară de a avea alături un bărbat pentru a se simți împlinită și în siguranță. Această nevoie primordială îi strecoară în suflet noii femei sentimente de insecuritate, îndoială sau chiar vină, iar aceasta nici nu are habar care este cauza acestor trăiri. Aceasta este problema – a fost nevoie de 1 000 000 de ani pentru ca unei femei

să i se întipărească în creier anumite sentimente și reflexe, pe care le are și în ziua de azi, dar schimbările cu privire la locul ei în lume s-au petrecut în mai puțin de 50 de ani. Biologia ei și mediul se înfruntă.

Un bărbat de succes este acela care câștigă mai mulți bani decât poate cheltui femeia lui. O femeie de succes este aceea care este în stare să găsească un asemenea bărbat.

Adevărul despre ce-și doresc femeile

În sfârșit, cercetătorii descoperă adevăratele lucruri pe care femeile le doresc de la bărbații lor, iar aceste lucruri nu coincid întotdeauna cu ceea ce ele pretind că-și doresc. O femeie din secolul XXI își dorește cu adevărat de la un bărbat exact aceleași lucruri pe care și le doreau și femeile din timpuri străvechi – bune calități de vânător și resursele necesare pentru a reuși să aducă hrană și să le ofere protecție lor și celor mici. Drept urmare, femeile din ziua de azi își doresc bărbați care să aibă bani, educație, un dezvoltat simț al umorului, un anumit statut social, autoritate – toate acestea indicând faptul că bărbatul respectiv are resurse bune. De aceea, femeile sunt atrase de bărbați care sunt ambițioși, inteligenți, muncitori, motivați și care sunt respectați de ceilalți.

Femeile din ziua de azi doresc exact același lucru pe care și l-au dorit dintotdeauna: resurse.

Femeile din cele mai vechi timpuri își doreau bărbați mai înalți, mai în vârstă decât ele, cu trunchiul în formă de trapez și care aveau o bună coordonare fizică – toate acestea fiind indicii asupra faptului că bărbatul respectiv este în stare să vâneze și să ofere protecție. Chiar și în lumea noastră, corectă politic și chipurile lipsită de prejudecăți a secolului XXI, femeile continuă să prefere un bărbat cu pieptul frumos lucrat, lat în umeri – dar nu din cale-afară, pentru că asta ar putea fi semn de egoism sau orgoliu –, iar niște pătrățele abdominale frumos conturate ar fi un minunat bonus. Aceste calități ar fi excelente pentru a vâna și a prinde un bizon sălbatic, sau pentru a căra lucruri grele sau a omorî păianjeni, dar în zilele noastre, în secolul XXI, sunt în mare parte irelevante pentru un bărbat.

Atracția pe care o manifestă femeile față de aceste însușiri fizice arată cât de profund înrădăcinate sunt aceste convingeri, ele dorindu-și exact aceleași lucruri pe care și le doreau femeile din timpuri străvechi.

Așadar, într-un cuvânt, femeile și bărbații doresc *resurse*. Cel mai important, o femeie va fi atrasă de acel bărbat care va împărți aceste resurse cu ea și copiii ei.

Nu e doar o maimuțareală

În 2009, s-a descoperit faptul că și femelele unor specii de primate îi aleg mai cu seamă pe acei parteneri care împart cu ele resursele. Cristina Gomes și colegul ei Christophe Boesch de la Institutul Max Planck pentru Antropologie Evoluționistă din Germania au studiat comportamentul cimpanzeilor din Rezervația Tai Forest (Coasta de Fildeș) descoperind că cimpanzeii se implicau în „târguri” în care primeau sau ofereau carne contra sex. Au fost ținuți sub observație masculii cimpanzei, numărându-se de câte ori au plecat la vânatoare și cât de des întrețineau relații sexuale. Masculii care își împărțeau carnea cu femelele care nu erau „în călduri” își dublau numărul întâlnirilor sexuale cu acele femele. Astfel, creștea probabilitatea fertilizării femelelor, iar acestea beneficiau de cantități mai mari de mâncare.

Dr. Gomes a afirmat că, în sfârșit, acest studiu dezvăluia legătura dintre bunele abilități de vânător și succesul în ceea ce privește reproducerea în rândul primatelor.

Dar este nevoie de timp pentru ca o femeie să evalueze dacă un bărbat are sau nu resurse suficiente. Poate să fie nevoie de trei întâlniri, trei săptămâni sau trei luni. Din acest motiv femeile se îndrăgostesc mai încet decât bărbații și din pricina unui nivel mai ridicat de oxitocină, sentimentele afective sunt mai profunde. Uitați de modelul bărbatului metrosexual, care merge la coafor pentru a se tunde și a-și face manichiura, plânge când se uită la *Titanic* și căruia îi place să vorbească la nesfârșit despre viața lui amoroasă. O fi el un prieten extraordinar, dar nu este un partener serios, pe viață. Dar una peste alta, concluzia e că femeile își doresc bărbați care le pot pune la dispoziție *resurse*.

Principalul criteriu al atractivității unui bărbat sunt resursele, acestea constituind cel mai puternic stimul motivațional feminin încă din vremuri străvechi. S-a demonstrat că acesta este la fel de puternic precum teama înăscută a femeii de șerpi și de înălțimi.

Femeia din ziua de azi își dorește tot un bărbat care are ce să-i ofere și care o poate proteja – mai simplu spus, care are acces la resurse.

Dr. David Buss, profesor de psihologie la Universitatea din Texas, conduce Departamentul de Diferențe Individuale și Psihologie Evoluționistă. Într-un efort fără precedent care vizează evaluarea împerecherii umane, acesta a condus cel mai amplu studiu intercultural privind preferințele oamenilor în ceea ce privește alegerea unui partener, adunând răspunsuri de la 10 047 de subiecți din 37 de culturi diferite. Cercetările lui au acoperit atât societăți moderne, cât și primitive, dominate de socialism, comunism, capitalism, monogamie, poligamie și toate credințele religioase. S-a descoperit că femeile puneau preț de două ori mai mult pe resurse decât bărbații. Cercetările sale au confirmat informațiile indicate de toate testele de acest tip desfășurate după 1930: pentru femei perspectivele financiare ale bărbatului contează de două ori mai mult decât contează pentru un bărbat perspectivele financiare ale femeii.

Dintotdeauna femeile au avut nevoie să poată identifica acele indicii care dovedesc resursele unui bărbat sau potențialul acestuia de a le obține. De asemenea, Buss a evaluat 1 491 de cetățeni americani folosind aceleași teste utilizate în anii '30 – femeile pun preț pe resursele unui bărbat. Am studiat 1 295 de anunțuri din paginile rubricilor de matrimoniale ale ziarelor și revistelor, ajungând la concluzia că femeile enumeră resursele de 11 ori mai des decât bărbații, printre calitățile dorite la partener. În vreme ce bărbații cereau de la femei tinerețe și sănătate, femeile căutau resurse și „sinceritate“, ceea ce se traduce prin angajamentul împărțirii resurselor.

Femeile sunt atrase de bărbații cu o poziție înaltă, deoarece statutul este un semn limpede al abilității bărbatului de a controla resurse. De aceea, este firesc să vedeți un boxer cu fața cât se poate de șifonată, înconjurat de femei tinere și atrăgătoare. Aceste femei nu trebuie să fie neapărat inteligente, cât mai ales tinere și atrăgătoare – ceea ce înseamnă că au un potențial de a duce mai departe bagajul genetic. Gândiți-vă la Hugh Hefner în reședința Playboy.

Toate chestionarele care au vizat preferințele bărbaților și ale femeilor în alegerea unui partener au arătat că femeile indică în mod constant statutul social al bărbatului, prestigiul, puterea, poziția și perspectivele financiare printre calități, în vreme ce bărbații trec astfel de atribute în coada listei când

vine vorba de alegerea unei partener². Femeile caută cu precădere aceste calități la un bărbat pe care și-l doresc partener pe termen lung, dar nu le consideră atât de importante în cazul unui partener într-o aventură trecătoare. Studiile au demonstrat și faptul că femeile pun mare preț pe educație ca indicator al resurselor, confirmând adevărul unui vechi stereotip potrivit căruia e mai bine să te măriți cu un doctor sau un avocat. Cu alte cuvinte, el n-are resurse acum, dar le va avea în curând. Buss a descoperit că femeile din orice cultură consideră mai importante resursele în evaluarea partenerului decât bărbații, cu până la 38% mai mult în cazul femeilor din Germania, cu 63% pentru cele din Taiwan și cu 87% în cazul indienelor.

Femeile de pretutindeni se plâng că sunt disponibili prea puțini burlaci care merită să fie luați în seamă. Și totuși, fiecare cafenea, restaurant, discotecă, clădire de birouri sau club angajează bărbați singuri față de care aceste femei nu manifestă niciun interes. Acest lucru se petrece, deoarece criteriul feminin de alegere a „burlacilor ce merită să fie luați în seamă“ este ca bărbatul să aibă suficiente resurse – sau să aibă potențialul de a le obține – pentru a avea cum să întrețină o femeie și odraslele ei, și puține femei cred că vor da peste un asemenea bărbat care servește cafea într-un bar, așa că au tendința să nu-l bage în seamă.

În general, femeile nu-i iau în seamă pe bărbații care au locuri de muncă prost plătite.

Bărbații avuți le oferă femeilor mai multe orgasme

În 2008, psihologul evoluționist dr. Thomas Pollett, de la Universitatea din Newcastle, și colegul său, profesorul Daniel Nettle, au condus o serie de cercetări în urma cărora a rezultat că plăcerea pe care o au femeile când fac dragoste depinde în mod direct de mărimea contului din bancă al partenerului și de resursele de care acesta dispune. Cu cât este mai bogat un bărbat, cu atât mai frecvente sunt orgasmele la care ajunge partenera sa. Pollett și Nettle au intervievat 1 534 femei din China care erau implicate în relații cu parteneri bărbați și au analizat în amănunt interviuri privind viețile private ale acestora, incluzând aici întrebări despre viețile lor sexuale, despre venituri și alți factori.

S-a descoperit că dintre acestea 121 (7,9%) aveau mereu orgasm, 408 (26,6%) aveau adeseori, 762 (49,7%) aveau uneori, iar 243 (15,8%) atingeau plăcerea maximă rar sau niciodată. Aceste cifre sunt foarte apropiate de cele valabile pentru femeile din Europa și din țările occidentale. De asemenea, cercetătorii au descoperit că frecvența orgasmelor unei femei creștea odată cu venitul sau averea partenerului. Deși mulți alți factori influențau frecvența orgasmelor la femei, banii erau cu siguranță cel mai puternic.

Cu cât venitul și resursele unui bărbat sunt mai ridicate, cu atât crește frecvența orgasmelor unei femei.

Aceste descoperiri se potrivesc foarte bine cu toate concluziile formulate de noi în cartea *The Definitive Book of Body Language*. Am discutat despre frecvența orgasmelor la femei în funcție de simetria corporală a bărbatului și de atractivitatea acesteia, iar studiul lui Pollet și Nettle arată cum resursele unui bărbat sunt un stimul încă și mai puternic decât înfățișarea lui.

Pollet, Nettle și David Buss cred la unison că orgasmele feminine au evoluat, astfel încât să le permită femeilor să dezvolte o puternică legătură emoțională cu masculii de bună calitate, semnalând astfel bărbatului că este satisfăcută din punct de vedere sexual și astfel nu este cazul să facă sex cu alți bărbați, astfel încât el ar trebui să investească într-un viitor alături de ea și de copiii ei. Una peste alta, concluzia este că bărbații cu mai multe resurse sunt parteneri mai doriți și le provoacă femeilor mai multe orgasme.

Topul celor cinci lucruri pe care femeile le doresc de la bărbați

Femeile au dorit dintotdeauna să aibă alături bărbați cu resurse sau care au un bun potențial de a agonisi resurse, astfel încât și-au dezvoltat strategii nu doar pentru a evalua dacă un bărbat poate obține resurse, dar și dacă este dispus să le împartă. În esență, femeile au alcătuit o listă mentală de comportamente care indică disponibilitatea unui bărbat de a-i dedica parteneriei resursele de care dispune. Numai masculii umani își împart resursele cu femeile. Alte femele ale unor specii de primate sunt nevoite să-și caute singure hrană și protecție.

Biologii și psihologii evoluționiști care studiază strategiile de împerechere ale oamenilor au ajuns la concluzia că femeile de pretutindeni împărtășesc aceleași

convingeri cu privire la calitățile pe care și le doresc de la bărbații lor. Iată primele cinci lucruri pe care femeile afirmă că le doresc de la bărbați:

1. Dragoste
2. Loialitate
3. Bunătate
4. Angajament
5. Educație și inteligență

1. Dragostea

Dacă studiați cu atenție această listă veți observa că toate elementele se leagă de ceea ce femeile denumesc „dragoste“. O femeie dorește să i se reamintească în fiecare zi că este iubită și adorată și are nevoie drept dovadă de vorbe și intimitatea lui. Pe lista lucrurilor pe care o femeie își dorește să le audă se află „Te iubesc“, sintagmă formulată în cât mai multe feluri cu putință, precum „Cât de frumoasă ești“, „Ai pregătit o masă minunată“, „Ai procedat foarte bine“ sau vreun telefon neașteptat din partea lui pentru a-i spune că se gândește la ea. Gestul de a-ți arăta aprecierea față de orice face o femeie în casă este decodificat ca o expresie a iubirii, iar dragostea implică faptul că un bărbat este disponibil să-și împartă resursele cu femeia lui. În cazurile unor divorțuri, femeile adeseori se plâng de faptul că bărbații le iau ca atare și nu își arată niciodată aprecierea față de eforturile pe care ele le investesc în diferitele munci casnice. Acest lucru se întâmplă, deoarece un bărbat crede că eforturile sale de a fi principala persoană care pune pâine pe masă (și cei mai mulți dintre bărbați îndeplinesc încă acest rol), de a repara lucruri stricate prin casă, de a rezolva probleme sau de a schimba becuri arse sunt suficiente dovezi de apreciere și de dragoste.

Femeile cred că dacă un bărbat iubește cu adevărat o femeie, acesta ar trebui să o arate zi de zi prin vorbe și prin acțiuni. Femeile doresc dovezi de dragoste zilnice. Acest concept este dificil de priceput pentru un bărbat, deoarece el își arată expresia dragostei pe care i-o poartă „făcând lucruri“ pentru ea. Va tunde gazonul, va văruia casa, îi va repara mașina, o va scoate la film, va merge la muncă și va achita ipoteca. Creierul unui bărbat este astfel organizat încât să își

măsoare propria valoare și contribuție prin ceea ce face sau agonisește, nu prin ceea ce spune sau simte.

„Când am ajuns seară acasă, soția mi-a cerut să o duc într-un loc scump. Așa că am dus-o la o benzinărie și imediat a și-nceput cearta.“

În cartea *Why Men Don't Have a Clue & Women Always Need More Shoes* am arătat felul în care creierul femeilor este mai bine organizat în ceea ce privește abilitățile lingvistice decât cel al bărbaților și cum pentru femei cuvintele sunt o formă de preludiu. Bărbații trebuie să înțeleagă faptul că femeile au nevoie să audă cuvinte concrete de apreciere și de dragoste pentru a crede că aceste sentimente sunt adevărate și au nevoie de acest lucru zilnic. Amintirea anumitor date precum zile de naștere sau aniversări joacă, de asemenea, un rol important în evaluarea pe care o femeie o face pentru dragostea unui bărbat. Oferirea de cadouri, oricât de mici, îi spune unei femei cât de mult o iubește bărbatul – și cu cât mai simplu, cu atât mai bine: printre campioni se numără o mică floare de grădină sau un bilet de dragoste ori o felicitare scrise de mână. Ideea este că *acțiunile* bărbatului sunt esențiale, nu cadoul în sine. Cei mai mulți dintre bărbați totuși simt că un cadou ar trebui să fie consistent sau scump, deoarece astfel se măsoară în ochii lor valoarea unui dar. Pentru o femeie, o floare ruptă din grădină poate fi un cadou mai profund decât un prăjitor de pâine electric. Doisprezece trandafiri pot fi considerați un frumos ornament pentru casă, dar nu există niciun dubiu cu privire la cât de mult înseamnă un singur trandafir în mintea unei femei.

2. *Loialitatea*

Fidelitatea oferă făgăduiala că un bărbat va continua să-și împartă resursele cu o femeie, dar definiția pe care o femeie o dă infidelității diferă foarte mult de cea a unui bărbat. Bărbatul este preocupat de faptul că ea ar putea face sex cu altcineva, și drept urmare el ar putea ajunge să investească timp în creșterea copilului unui alt bărbat. Principala îngrijorare a unei femei vizează legătura emoțională dintre un bărbat și cea cu care flirtează. De aceea, prima ei întrebare este „O iubești pe femeia asta?“ Cu alte cuvinte: „Îți vei împărți resursele cu ea?“ Problema actului sexual propriu-zis pe care poate că bărbatul l-a avut cu ea nu este chiar extrem de importantă. Dacă un bărbat afirmă „Nu, a fost sex și-atât“, rareori va fi crezut, din cauza faptului că femeile nu pot

pricepe cum poți face sex cu cineva fără a avea o legătură emoțională. Dar pentru bărbați este foarte simplu. Aceștia își pot delimita foarte clar conceptele în minte, astfel încât sexul să fie doar sex, și dragostea, dragoste. Pentru femei, însă, concluzia este că sexul echivalează cu dragostea, iar asta implică redirectionarea resurselor sale. Dacă un bărbat îi jură credință, femeia simte că acesta nu-și va împărți resursele cu nimeni altcineva.

3. Bunătatea

Potrivit cercetărilor desfășurate de dr. Buss, bunătatea ocupă locul al treilea printre calitățile dorite de femei din 32 de culturi diferite, deoarece această calitate simbolizează angajamentul. Principalul lucru pe care-l poate oferi o femeie este posibilitatea reproducerii, așadar, ea este foarte atentă cui îi va face acest favor, printre calitățile necesare ale „celui ales“ numărându-se dragostea, sinceritatea, generozitatea și bunătatea. Femeile din timpuri străvechi preferau bărbații generoși și-i evitau pe cei strânși la pungă pentru că cei mai generoși le puteau oferi resurse și protecție, atât lor, cât și odraslelor lor, crescând astfel șansele de supraviețuire.

Femeile care au propriile resurse, putere și un statut social respectabil caută la rândul lor bărbați care au resurse proprii. Buss a descoperit că aproape toate femeile, indiferent de cultură, manifestau o puternică preferință pentru bărbați de succes din punct de vedere financiar, iar femeile potente din punct de vedere financiar arătau o preferință încă și mai mare pentru astfel de bărbați, deoarece ele doresc un bărbat chiar mai puternic decât ele. Din această pricină foarte rar veți vedea o femeie bogată, puternică, de succes alături de un bărbat complet ratat. Am coordonat un studiu având ca subiecți 624 de femei europene aflate în funcții manageriale și de conducere, rezultând că 86% dintre acestea nu ar fi interesate de un bărbat mai puțin „de succes“ decât ele, 9% ar lua în calcul această variantă și numai pentru 5% nu ar conta în vreun fel acest amănunt.

Așadar, cum se potrivesc cu aceste descoperiri actrițele celebre trecute de prima tinerețe care se cuplează cu bărbați mult mai tineri? Acestea sunt de regulă femei mai în vârstă, de succes care au o slăbiciune pentru bărbați mai tineri. În primul rând, din punct de vedere evoluționist aceste legături sunt lipsite de valoare, deoarece femeile și-au pierdut capacitatea de reproducere, pe când cu totul altfel stau lucrurile cu un bărbat de 60 de ani care este cuplat cu o femeie de 25. Pentru fiecare cinci femei de peste 60 de ani există numai trei bărbați de

o vârstă apropiată, astfel încât posibilitățile unei femei mai în vârstă sunt mai limitate, pe când bărbații mai bătrâni preferă femei mai tinere – dacă este cu puțință, ar alege cu siguranță o femeie de 35 de ani în locul alteia de 60. O femeie mai în vârstă se poate simți din nou ca la prima tinerețe alături de partenerul ei mai tânăr, dar un bărbat tânăr va intra într-o astfel de combinație numai pentru beneficiile pe care le-ar putea avea – bani, putere și notorietate. Cu alte cuvinte, ea are resurse – bani, statut social, putere, legături – și ar dori și el să aibă parte de acestea, dacă se poate. Asta nu înseamnă că un cuplu alcătuit dintr-o femeie mai bătrână și un bărbat mai tânăr nu poate rezista – unele chiar rezistă –, cele mai multe însă nu.

A 17-a regulă în dragoste pentru bărbați.

Trebuie să afișați o îngrijorare profundă și să vă manifestați tristețea în mod public față de moartea pisicii prietenei voastre, chiar și în cazul în care chiar voi ați dat foc pisicii respective după care i-ați făcut vânt în ventilatorul de pe plafon.

Invers, faimoasa legătură dintre Anna-Nicole Smith și soțul ei miliardar în vârstă de 87 de ani avea noimă – el era implicat în această relație pentru strălucirea și sexul cu o tânără blondă cu sâni mari, iar ea căuta putere, prestigiu și resurse. El i-a spus că o iubește, a arătat bunătate și i-a dovedit fidelitatea prin mariaj. Este puțin probabil că ea s-ar fi căsătorit cu un bărbat de 87 de ani care trăiește într-un azil doar din pensia de la stat. Dacă el ar fi avut mai puține resurse, probabil că s-ar fi însurat cu o pensionară tot de 87 de ani și asta, în principal, pentru companie. Interesant este faptul că toate studiile au demonstrat că bărbații de pretutindeni nu prea sunt interesați de situația financiară a unei femei, indiferent de ce resurse dispun ei. Cu alte cuvinte, directorul executiv al unei uriașe corporații este posibil să fie atras de aceeași femeie pe care o place și un angajat oarecare al aceleiași companii. Gândiți-vă la Bill Clinton și Monica Lewinsky.

4. Angajamentul

Un bărbat care se angajează într-o relație promite faptul că va continua să ofere resurse. Femeile de pretutindeni îi acuză pe bărbați că sunt „angajamentofobi” și că „fug de dragoste”. Dacă luați în considerare ce înseamnă angajamentul, din punctul de vedere al unei femei de pe vremuri, veți vedea că totul are noimă. Pentru ea o legătură sexuală implică un angajament pe 10-15 ani, timp

necesar pentru a purta de grijă unui copil și a-l crește până la vârsta la care se poate descurca pe cont propriu. Pentru un bărbat însă aceeași întâlnire costă numai puțin timp – poate doar câteva minute –, după care acesta este gata să plece către o nouă aventură. Deoarece bărbatul are înrădăcinată în creier dorința de a-și răspândi genele cât mai des și în cât mai multe locuri cu putință, numeroși bărbați se tem să-și ia un angajament ferm față de o femeie și tremură la gândul unei eterne monogamii, iar cei mai mulți dintre ei înțeleg prin angajament împărțirea resurselor.

„Vreau să-l văd că-și ia angajamentul...” se plâng femeile de pretutindeni. O femeie are nevoie de nouă luni pentru a aduce pe lume un copil și de alți cinci ani pentru a-l crește pe acesta până la un nivel minim la care să se poată descurca pe cont propriu pentru a supraviețui. Comparați aceste rezultate cu situația unui pui de cimpanzeu care poate supraviețui de unul singur după numai șase săptămâni de viață. Prin urmare, creierul femeilor este astfel construit încât să caute masculi care să-și ia angajamentul că le vor rămâne alături măcar șase ani, timp în care să ofere hrană și protecție, atât mamei, cât și copilului ei. La un nivel al subconștientului, bărbații și femeile acceptă acest fenomen și-l numesc „perioada de grație de șapte ani“. Este în detrimentul copilului ca femeia să se cupleze cu un bărbat care o lasă însărcinată după care pleacă fără să-i ofere vreun sprijin, astfel că femeilor li se dezvoltă reflexul de a analiza cu atenție ce are de oferit un bărbat pentru a crește viitoarea generație. Pentru cele mai multe dintre femei, căsătoria este încă văzută drept indiciul suprem pe care îl poate oferi un bărbat că intenționează să rămână alături de ea. Fiind cea care poartă pruncul în pântec, femeia își ia un angajament total față de nașterea și dezvoltarea unei noi generații și dorește un bărbat care să facă același lucru. De aceea, încrederea este pentru femei o problemă de importanță capitală într-o relație.

Dintr-o perspectivă strict biologică, o femeie nu vrea ca un bărbat să se implice în aducerea pe lume și creșterea unui copil al altei femei, ci vrea ca acesta să-și dedice toate eforturile ei și copilului ei. De aceea, monogamia este una dintre cerințele preliminare absolut necesare din punctul de vedere al celor mai multe femei din societățile contemporane. Când încrederea unei femei este înșelată, relația poate fi greu de reparat, iar femeile care suferă mai multe despărțiri pot deveni cinice, negând faptul că există pe lume vreun bărbat demn de încredere.

Multe tinere femei folosesc în prezent cuvântul „loialitate“ în loc de „monogamie“.

În prezent este mult mai ușor să obții informații despre actualele sau posibilele resurse ale unui bărbat, dar dacă acesta nu este pregătit să și le dedice unei femei și copiilor ei, atunci acest lucru este văzut drept o lipsă a certitudinii, deoarece fără acest sprijin ea ar trebui să reziste pe cont propriu. Principalul criteriu pe care o femeie îl va utiliza pentru a evalua potențialul de angajament al unui bărbat este... dragostea. După cum am afirmat anterior, cercetările cu privire la dragoste au demonstrat că aceasta există în orice cultură de pe glob, în țări unde s-au efectuat studii despre dragoste. În studiul lui, Buss a alcătuit o listă de 115 „acte de iubire“ așa cum acestea sunt descrise de femeile care au luat parte la cercetare. În capul listei se afla orice gest de iubire care demonstra angajament. Aici sunt incluse renunțarea bărbatului la orice legături amoroase cu alte femei, discuții despre căsătorie și copii, ascultarea problemelor ei și „a fi acolo“ pentru a oferi sprijin emoțional, precum și oferirea de cadouri.

În anunțurile matrimoniale ale femeilor, sinceritatea este calitatea cea mai des menționată. Femeile cer sinceritate de patru ori mai des decât o fac bărbații. Sinceritatea este sinonimă cu angajamentul, iar angajamentul implică promisiunea resurselor.

5. Educația și inteligența

Un bărbat mai educat și mai inteligent este văzut ca fiind mai capabil să strângă resurse. Educația mai bună înseamnă că acesta va putea deține poziții în vârful ierarhiei profesionale, ajungând astfel să dispună de mai multă putere, resurse și să aibă un statut mai înalt. Un nivel mai ridicat al inteligenței promite aceleași lucruri.

În vreme ce femeile din ziua de azi sunt încă predispuse să se simtă atrase de bărbați care au o anumită securitate financiară, ele caută în același timp și securitatea financiară proprie. Pentru generațiile trecute acest fapt nu era relevant, deoarece căsătoria era *pentru totdeauna* și bărbatul avea să fie mereu alături de o femeie și de copiii ei pentru a le oferi toate cele necesare. Și din pricina faptului că în trecut familiile erau numeroase, exista, de asemenea, beneficiul unei adevărate rețele de rude pentru a primi sprijin. În prezent, nu mai există vreo garanție că un bărbat va rămâne și mâine alături de o femeie.

De exemplu, în Marea Britanie numărul familiilor conduse de o mamă singură este de 19,67%; asta înseamnă una din cinci familii³. Prin comparație, numai 2,16% dintre familii sunt conduse de bărbați singuri, așadar, pentru femei problema securității financiare personale a devenit una acută.

Asta nu înseamnă că orice femeie dorește să se mărite cu un milionar, dar cu siguranță ea nu-și dorește unul care să facă pariuri, să își asume riscuri financiare inutile sau să cheltuiască prea mult pentru el însuși. Generațiile trecute de femei nu prea aveau de ales și erau nevoite să tolereze nesăbuinta financiară și să „rămână alături de bărbatul lor“, dar pentru femeile din secolul XXI acest comportament este unul iresponsabil și este văzut drept un semn că bărbatul nu le iubește și nu le respectă.

Angajamentul – de ce un bărbat ar trebui să-i dea unei femei un inel impresionant

Un bărbat se folosește de un inel când dorește să răpească pe termen lung inima unei femei. Și cu cât acesta este mai mare sau mai costisitor, cu atât mai limpede este pentru ea (și pentru toate celelalte femei) semnalul că bărbatul intenționează să îi dedice ei resursele personale. Mai simplu spus, cu cât este mai uluitor inelul, cu atât mai ferm este angajamentul resurselor față de acea femeie în ochii *tuturor* femeilor. Chiar dacă un bărbat nu are bani prea mulți, ar face mai bine să solicite un împrumut și să cumpere un inel de luat în seamă decât să-i dea unei femei unul mic și ne semnificativ. Acesta este unul dintre lucrurile pe care cei mai mulți dintre bărbați nu-l înțeleg. O femeie se va uita în mod periodic la inelele ei, iar acestea îi vor reaminti de angajamentul pe care bărbatul său și l-a luat față de ea. Prietenele femei își vor privi, de asemenea, inelele reciproc pentru a cântări angajamentul partenerilor. Chiar dacă cuplul locuiește într-o casă modestă și cei doi au o mașină veche, inelul femeii a fost cumpărat în mod special pentru ea și este văzut de femei ca fiind o declarație publică a dragostei și angajamentului pe care bărbatul le nutrește față de aleasa lui.

Kevin a înțeles cum funcționa acest criteriu al dragostei în mintea unei femei, așa că i-a cumpărat soției sale mai multe bijuterii impresionante. Kevin purta însă doar o simplă verighetă din aur și uneori ceas, nevăzând niciun rost în a purta el însuși bijuterii scumpe. El nu simțea nevoia de a folosi bijuteriile pentru a afirma indirect ceva despre propria persoană.

Fratele lui Kevin, Glen, a aplicat această perspectivă masculină nevastei sale, Leanne, și rareori i-a oferit bijuterii, iar când o făcea, totuși, era vorba de piese mărunte, prostioare pe care le

cumpăra de prin Thailanda sau de la vreun colț de stradă. Nu era conștient de faptul că această atitudine față de ea îi diminua acesteia încrederea în angajamentul lui față de ea, deoarece știa că el și-ar fi putut permite să-i cumpere ceva mai scump. Glen era, de asemenea, de părere că a-i cumpăra periodic flori unei femei era o pierdere de bani, deoarece florile oricum s-ar fi ofilit în numai câteva zile. Pentru mintea sa logică de bărbat, era mult mai firesc să cumperi o plantă în ghiveci pentru că avea șanse mai mari de a rezista în timp. Așa că i-a cumpărat o astfel de plantă – un trandafir. „Floarea dragostei“, cum spunea el. De fapt, i-a spus chiar soției sale că ar putea să ia butași și să-i vândă. Hei, ar fi putut chiar să intre într-o mică afacere cu flori! Pentru mintea feminină a Leannei, când un buchet de flori se ofilește, apare o nouă ocazie pentru Glen de a-i cumpăra un alt buchet de flori și pentru a-și demonstra încă o dată angajamentul față de ea.

Ieri, medicul proctolog al lui Glen i-a desprins acestuia din posterior spinii trandafirului, bărbatul urmând să se pună pe picioare în câteva zile.

Pentru mintea logică a unui bărbat, o plantă în ghiveci este un dar mai bun decât un buchet de trandafiri și din această pricină bărbatul respectiv doarme singur...

Deoarece un act de iubire reprezintă o garanție pentru angajamentul resurselor, acesta este plasat în fruntea listei femeilor de pretutindeni. Aproape toate studiile despre importanța dragostei ca premisă obligatorie pentru o relație pe termen lung indică faptul că 80-90% dintre femei, la nivel global, afirmă că au nevoie de dragoste pentru a se implica în căsnicie sau într-o relație permanentă. Dintr-un studiu condus de Sue Sprecher, coautoarea volumului *The Handbook of Sexuality in Close Relationships*, a reieșit că 89% dintre femeile americane nu s-ar căsători cu cineva pe care nu-l iubesc – 11% ar face-o –, în vreme ce 41% dintre rusoaice s-ar căsători cu un bărbat fără a-l iubi. Rezultatul consemnat în Rusia se datorează faptului că se înregistrează o lipsă de bărbați în această țară; pentru că bărbații ruși au la dispoziție o mai mare arie de selecție pentru a-și alege partenera, ei sunt mai puțini dispuși să își ia un angajament ferm. Am descoperit că la Kiev, Ucraina, speranța de viață pentru bărbați, în 2009, era de 56 de ani, iar fiecărui bărbat de 20 de ani îi corespund 4 femei disponibile. Bilete de avion către Kiev pot fi achiziționate de la agenția de turism locală, domnilor!

Așadar, iată sfatul nostru pentru bărbați: puteți să vă caliciți la oricare alt lucru în viață, dar *niciodată* la vreo bijuterie importantă pe care o faceți cadou unei femei. Dacă ați dăruit unei femei un inel micuț la începutul unei relații din cauza lipsei banilor, luați-i cât mai repede cu putință unul mai impresionant.

Fie că vă place sau nu, acest lucru vă poate afecta viața afectivă și celelalte femei vă vor judeca în acest fel angajamentul. Am descoperit că singurele femei care nu vor fi de acord cu tot ce am scris aici sunt femeile ale căror bărbați le-au dat bijuterii ieftine și microscopice și au refuzat să cumpere ceva mai costisitor.

Ultimele zece lucruri pe care le-ar spune o femeie

1. Relația noastră nu ar putea deveni ceva mai fizică? M-am plictisit să fim numai prieteni.
2. Nu te deranja și lasă capacul de la vasul toaletei ridicat. Ador senzația de porțelan ud și rece.
3. Mi se par foarte sexy fundurile păroase.
4. Oau, ce adiere minunată! Mai trage un vânt!
5. Te rog, nu-ți arunca tricoul acela vechi. Găurile de la subsuoară sunt atât de dulci!
6. Diamantul acesta e mult prea mare! Și apropo, am destui pantofi!
7. Ia din fața mea tableta aia de ciocolată!
8. Nu-mi pasă dacă e la reduceri: 300 de lire pentru o rochie a unui designer cunoscut este prea mult!
9. Asta îmi face fundul să pară prea micuț?
10. Eu ies puțin o vreme. De ce nu o suni pe fosta?

Șapte lucruri simple pe care femeile le găsesc atrăgătoare la bărbați

Următoarele șapte puncte se află pe lista de criterii potrivit cărora o femeie cântărește atractivitatea unui bărbat și sunt indicii care arată abilitatea unui bărbat de a strânge resurse. Nu le-am înșirat aici într-o anumită ordine, dar un lucru este sigur: femeile sunt atrase de bărbați care pot și vor face aceste lucruri.

Există două teorii despre cum ar trebui purtată o ceartă cu o femeie. Niciuna nu funcționează.

1. Femeile sunt atrase de bărbați care le fac să râdă

Un bărbat cu un bun simț al umorului se află în fruntea aproape fiecărui studiu despre ce le atrage pe femei și este menționat în mod obișnuit în anunțurile matrimoniale. Când o femeie râde, creierul ei transmite corpului semnalul de a secreta endomorfina – substanță care are o structură similară morfinei –, care îi dă un sentiment plăcut și călduros. Endomorfinele se numără printre analgezicele naturale ale organismului; acestea construiesc sistemul imunitar și protejează împotriva feluritelor afecțiuni. Râsul provoacă o scădere a hormonilor stresului, precum cortizolul, și, de asemenea, scade tensiunea arterială, fapt care la rândul său micșorează riscul de boli cardiace. Un nivel ridicat al cortizolului afectează negativ sistemul imunitar, astfel încât scăderea concentrației acestui hormon va avea efecte benefice asupra stării generale de sănătate.

În mod subconștient, femeile înțeleg faptul că un bărbat care poate vedea jumătatea plină a paharului va avea o influență bună pentru sănătatea ei, asupra unei stări generale de bine și a supraviețuirii pe termen lung, așa că ele îi vor evita pe bărbații care au în mod constant viziuni pesimiste asupra vieții, care-și plâng de milă și afișează mereu o față acră. Și bărbații înțeleg puterea umorului, de aceea se întrec între ei pentru a vedea cine spune gluma cea mai reușită. Știu că acela care stârnește cele mai multe hohote de râs este văzut cel mai bine în momentul respectiv, iar umorul întotdeauna prinde la doamne.

2. Femeile sunt atrase de bărbați dispuși să comunice

Destul de sus pe lista unei femei se află un bărbat dornic să o asculte vorbind despre problemele și sentimentele sale, fără a o întrerupe și fără a încerca să-i ofere soluții. Dacă ești bărbat, dezvăluie detalii personale pe măsură ce și ea îți dezvăluie lucruri despre ea însăși. O astfel de „oglindire“ creează punți de legătură și conduce rapid la un nivel de intimitate mai ridicat. Aceasta nu înseamnă că un bărbat trebuie să se poarte ca o femeie, ci doar să asculte plin de compasiune și fără a oferi soluții.

Există două teorii despre cum ar trebui purtată o ceartă cu o femeie. Niciuna nu funcționează.

3. Femeile sunt atrase de bărbați care gătesc

De vreun milion de ani, bărbații au plecat la vânătoare în căutare de hrană pe care au încredințat-o apoi femeilor. Chiar și în secolul XXI, orice bărbat care poate găti o masă pentru o femeie va stârni în ea anumite instincte primare. De aceea, a scoate o femeie la cină este un gest atât de seducător pentru ea, chiar și în cazul în care nu îi este foame. Este garanția că un bărbat este disponibil să îi ofere resurse de hrană, ceea ce constituie un puternic imbold motivațional. Dacă ești bărbat, înscrie-te încă de azi la cursuri de gătit.

4. Femeile sunt atrase de bărbați care dansează

Unicul scop al dansului este acela de a atrage atenția asupra ta, la originea motivațiilor aflându-se sexul. Când o pereche dansează, adeseori cei doi parteneri se țin de mână și își oglindesc unul altuia mișcările corpului, întocmai cum fac alte specii de animale înainte de a se împerechea. Numai unul din opt bărbați are în creier un soi de „buton declanșator al ritmului“ care să-i permită să prindă mișcările din zbor și să bată darabana în ritmul muzicii, pe când cele mai multe dintre femei au în mod natural acest lucru. Scopul pentru care o femeie dansează este de a atrage atenția potențialilor parteneri, nimic mai mult, iar orice bărbat care este dispus să intre în joc va avea mare succes și nu va duce niciodată lipsă de întâlniri. Dacă ești bărbat, du-te de îndată la lecții de dans, după ce se va fi terminat cursul de gătit.

Dansul este expresia pe verticală a unei dorințe pe orizontală.

George Bernard Shaw

5. Femeile sunt atrase de bărbați care le fac să se simtă în siguranță

Femeile nu sunt sigure de trei lucruri: de felul în care arată, de resursele financiare și dacă sunt iubite sau nu. O femeie dorește să i se spună că arată bine, miroase bine, are bun-gust și că e în general plăcută. A nu observa că are o nouă coafură sau poartă o pereche nouă de pantofi echivalează cu a-i spune că ea nu merită să fie observată. A-i spune cât de minunat arată și a-i face complimente cu privire la stil sau la designul adoptat o face să se simtă sexy și să ia în calcul serios posibilitatea de a face sex. Un bărbat care ajunge acasă târziu și nu explică pe unde s-a învărtit produce suspiciuni și generează sentimente de nesiguranță pentru majoritatea femeilor, astfel încât un bărbat

care sună să spună unde este sau când se întoarce sau că îi este dor de ea întotdeauna potolește temerile unei femei.

„Rochia asta îmi face fundul să pară mare?“ întrebă ea. „Nu“, zise el. „Numai prăjiturile cu ciocolată pe care le mănânci îți fac fundul mare.“

6. Femeile sunt atrase de bărbați cărora le plac copiii

Motivul pentru care o femeie își dorește o relație este de a face parte dintr-o „celulă“ în care să se simtă în siguranță, confortabil, în largul său. Atuul pe care-l au femeile este posibilitatea de a da naștere la copii, de aceea orice bărbat care dă semne că îi plac copiii jucându-se cu ei, prostindu-se și făcându-i să râdă sau spunându-le povești la culcare va puncta bine la capitolul atractivității.

7. Femeile sunt atrase de bărbați care par zdraveni și sănătoși

Femeile de pretutindeni consideră sănătatea unui bărbat ca fiind una dintre cele mai importante calități pe care le doresc la bărbați. Pentru aceasta există două motive: în primul rând, dacă sănătatea acestuia este șubredă, el ar putea muri de tânăr sau ar dobândi vreun handicap, astfel fiind curmate resursele de care dispune femeia; în al doilea rând, el i-ar putea transmite ei sau copiilor săi boala respectivă, prin contact fizic sau prin gene. Un bărbat cu o sănătate de fier duce cu sine promisiunea unor copii sănătoși și a unei siguranțe a resurselor pe termen lung. Femeile consideră indicii ale unei sănătăți șubrede felurite semne, de la o condiție fizică mai proastă la răni deschise sau o respirație urât mirositoare.

O stare bună de sănătate se traduce printr-o condiție fizică bună, un ten curat și un nivel de energie ridicat, care se vede în mersul cu pas rapid și o atitudine vioaie (de asemenea, caracteristică pentru indivizi cu un statut social ceva mai înalt). Despre cei mai potoliți și mai lenți în mișcări se crede că vor trăi mai mult, dar se consideră și că sunt lipsiți de motivație și ambiție, și de aceea nu prea poți pune bază pe ei pe termen lung pentru resurse. Așadar, dacă ești bărbat dă fuga direct la sala de forță pentru a face un antrenament înainte de a găti cina și a o scoate pe doamna ta la dans.

De ce nicio femeie nu vrea un ratat

Numeroase studii au dezvăluit faptul că bărbații cărora le lipsește ambiția sunt văzuți foarte prost de femei, iar acestea vor pune cu ușurință capăt unei relații cu un bărbat leneș, lipsit de ambiție sau care își pierde slujba. Din acest motiv un bărbat muncitor, care are niște obiective clare în carieră, este mai de dorit pentru majoritatea femeilor. Pe de altă parte, aceleași calități pe care le-ar avea o femeie sunt în general irelevante pentru cei mai mulți dintre bărbați, după cum vom vedea în următorul capitol, pentru că aceștia văd în sexul opus, în primul rând, un recipient sănătos pentru genele lor.

Pentru unele femei, acest amănunt îi poate face pe bărbați să pară reci și fără suflet, dar înțelegerea acestui lucru le poate conferi femeilor un avantaj enorm când vine vorba de implicarea lor în acest joc al dragostei.

„Ce zici, dragă, mai schimbăm și noi pozițiile în seara asta?“ spuse el cu un zâmbet afectat.

„Grozavă idee! răspuse ea. Tu stai la masa de călcat și eu mă întind pe canapea și trag vânturi!“

Femeile vor dori întotdeauna resurse

Toate războaiele sunt declanșate de bărbați, iar lupta are un singur țel – capturarea resurselor adversarului. Resursele au două forme limpezi: unele sunt tangibile, precum pământul, petrolul, așezările urbane; și altele sunt resursele de reproducere, mai precis femeile. De-a lungul istoriei, bărbații plecați la luptă pârjoleau teritoriile inamicului, îi furau proprietățile, îl omorau și pe el și pe fiii lui, iar femeile erau răpite sau violate. Rareori femeile erau omorâte, deoarece ele ofereau cuceritorilor șansa perfectă de a-și transmite mai departe bagajul genetic.



Noul simbol internațional pentru căsătorie.

Nevoia bărbaților moderni de a strânge și de a manipula resurse a evoluat din pricina preferinței femeilor de a alege bărbați care le controlează. Bărbații sunt criticați adeseori de femei că sunt mai interesați de muncă decât de familie. Femeile se plâng de faptul că bărbații se preocupă mai degrabă cu scoaterea în afara jocului a altor bărbați sau cu obținerea unor rezultate bune atunci când se trage linie, decât să-și petreacă timpul acasă, alături de cei dragi, dar dacă femeile nu ar avea niște preferințe înnăscute pentru bărbații care pot face asemenea lucruri, masculii zilelor noastre nu ar nutri niciodată dorința de a agonisi resurse. Bărbații o fac însă, deoarece știu că femeile își doresc asta.

Rezumat

Femeile din timpuri străvechi erau nevoite să analizeze cu mare grijă calitățile unui potențial partener pe termen lung, pentru că o alegere neinspirată putea duce la foamete, abuzuri, abandon, și în consecință acestea sunt și *criteriile fundamentale* după care femeile din secolul XXI se ghidează în alegerile lor. Femeile din ziua de azi nu doresc să fie abuzate, abandonate și nu vor ca vreun bărbat să se poarte urât cu ele. Asta nu înseamnă neapărat că toate femeile sunt motivate de banii pe care-i are un bărbat, dar cu siguranță sunt, *în primul rând, determinate* să-i aleagă pe bărbații care afișează anumite calități ce pot conduce la resurse pe termen lung, calități precum inteligența, ambiția și statutul social. Nu înseamnă că o femeie va sfârși întotdeauna cu un bărbat care are aceste calități; înseamnă doar că ea în mod sigur preferă un astfel de bărbat. Dacă un

bărbat nu are resurse și mai este și lipsit de ambiție, majoritatea femeilor nu sunt interesate de el, asta în cazul în care nu văd la acest bărbat o capacitate deosebită de a agonisi resurse. Așadar, dacă este un student falit de 22 de ani care se pregătește să devină neurochirurg, avocat sau doctor ea s-ar putea să vadă în acesta o partidă bună.

Un nou studiu a fost dat publicității recent de către Asociația Psihiatrică Americană, cercetare a vizând felul în care se simt femeile față de posteriorul lor.

- 1. Numai 5% dintre femeile intervievate erau de părere că au dosul prea mare.*
- 2. Aproximativ 12% dintre femeile intervievate credeau că dosul lor este prea mic.*
- 3. Restul de 83% afirmă că nu le pasă, îl iubesc, era un om bun și l-ar fi luat oricum de bărbat.*

-
- Femeile caută la bărbați aceleași lucruri elementare pe care le doreau și femeile din timpuri vechi – bune calități de vânător și resurse. O fi evoluat societatea, dar nu și nevoile femeilor.
 - Lenea și lipsa motivației sunt cele mai mari bile negre pentru bărbați în ochii femeilor, deoarece înseamnă că aceștia nu au abilitățile necesare pentru a oferi resurse.
 - Femeile își doresc pe cineva capabil să ofere, să fie bun cu copiii și capabil să le facă să se simtă în siguranță.

Note:

2 Buss și Barnes (1986). (*N. a.*)

3 Cercetare asupra forței de muncă, 2007. (N. a.).

CAPITOLUL 4

Ce-și doresc bărbații cu adevărat

Loc de așezat cutia de bere



Femeia perfectă

Pentru cei mai mulți dintre bărbați relațiile nu prea au de-a face cu poveștile de adormit copiii, ci țin îndeosebi de serviciile pe care le poate oferi o femeie. Ea vrea resurse; el vrea servicii, așadar fundamentul unei relații este pur și simplu schimbul de bunuri și servicii. Când bărbaților li se cere să o descrie pe femeia din viața lor, ei vorbesc în mod inevitabil despre *serviciile* pe care ea le oferă: gătește bine, păstrează curățenia în casă, se înțelege de minune cu copiii, te face să te simți foarte bine, e o bună prietenă, e sexy, are un fund adorabil și tot așa. Cu alte cuvinte, este vorba de servicii pe care, dacă e s-o spunem pe șleau, el le plătește cu ora. Când unei femei i se cere să-și descrie partenerul ea va spune că are multe de oferit, este inteligent, o face să râdă, are o slujbă bună, este proprietarul unei case și așa mai departe. Cu alte cuvinte, oferă resurse. Societatea prezintă acest schimb de bunuri și servicii sub numele de

„compatibilitate“, deoarece sună mai politic, este un mod mai corect politic de a formula acest adevăr care, la un nivel fundamental, rămâne neschimbat: e vorba de un schimb de bunuri contra servicii. Bărbații sunt interesați doar de serviciile pe care i le poate oferi o femeie și de felul în care aceasta arată.

Femeile poate vor începe să creadă că le facem bărbaților un portret de ușuratici și egoiști. Nu asta ne-am propus. Vrem să demonstrăm faptul că nevoile și prioritățile bărbaților sunt destul de simple și dacă le satisfaceți pe cele potrivite, la momentul oportun, veți avea alături un bărbat fericit. Dacă, totuși, veți alege să-i judecați „valorile“ masculine prin comparație cu „valorile“ voastre feminine, veți avea parte mereu de conflicte și o permanentă nefericire.

Bărbații au numai două emoții – foamea și excitarea. Dacă vezi că n-are erecție, fă-i un sendviș.

Nu sunt puțini cei care (mai cu seamă militantele feministe) se înfurie ori de câte ori vine vorba de criteriile după care se ghidează un bărbat în alegerea unor parteneri atrăgătoare, numindu-le superficiale și prostești. Uneori sugerează, ba chiar insistă ca orice discuție despre cercetări cu privire la preferințele bărbaților în materie de parteneri să fie cenzurată sau suprimată complet, deoarece le face pe femei să se simtă prost. Adevărul este că preferințele bărbaților au evoluat timp de sute de mii de ani, sunt puternic înrădăcinate în creier și s-au schimbat foarte puțin. Faptul că preferințele bărbaților țin de frumusețea fizică și de sănătate a fost unul necesar pentru supraviețuirea genetică a oamenilor. Cu siguranță societatea în ansamblu și felul în care noi trăim acum s-au schimbat în mod radical, dar nu și preferințele bărbaților când vine vorba de femei, chiar dacă aceste preferințe s-au dezvoltat pentru a funcționa într-o lume străveche, inexistentă acum. A te prefăca că aceste preferințe nu există sau a le nega într-un total e ca și cum te-ai supăra pe vreme pentru că plouă, sau pe animalele carnivore că preferă carnea în schimbul unui regim vegetarian.

A încerca să schimbi preferințele bărbaților în ceea ce privește împerecherea e ca și cum le-ai spune să se opună creșterii părului de pe față pentru că nu mai este îngăduit.

A accepta faptul că biologia bărbaților este o forță irezistibilă care le controlează preferințele în ceea ce privește găsirea unei partenere vă oferă oportunitatea de a vă dezvolta strategii pentru a interacționa mai bine cu ei. De mii de ani peștii au evoluat astfel încât să adore gustul râmelor și al viermilor. Astfel încât, dacă pleci la pescuit este perfect normal să folosești ca momeală râme și viermi pentru că știi că asta le place peștilor. Nu are niciun rost să încerci să îi hrănești cu ceea ce mănânci chiar tu – ei mănâncă viermi și râme – și nu are sens să te aștepti ca peștele să sară în barcă doar pentru că ai ales să te gândești la asta. Pescuitul implică înțelegerea felului în care gândește un pește și a acționa în consecință. Într-un mod similar, acceptarea felului în care funcționează creierele bărbaților vă permite să îi înțelegeți mai bine și să construiți strategii pentru pescuitul de bărbați și managementul masculilor.

Cum influențează presa opiniile bărbaților

Presa și mai cu seamă revistele pentru femei sunt criticate în mod constant pentru că promovează un anumit standard de frumusețe feminină la care pasămite toate reprezentantele sexului frumos ar trebui să aspire. Asta o fi adevărat în cazul revistelor pentru femei, dar lucrurile nu stau câtuși de puțin așa în privința revistelor pentru bărbați. În revistele pentru femei sunt înfățișate vedete, mai ales unele suple, cu linii ferme ale trupului. Imaginea femeii slabă ca o grisină vine din prezentările de modă, unde modelele profesioniste joacă rol de umeraș pentru noile creații vestimentare, iar designerii doresc ca hainele să fie în centrul atenției. Studiile arată însă în mod limpede că forma de grisină a femeilor are foarte puțină sau chiar deloc trecere în rândul bărbaților. Asta deoarece cu cât formele unei femei sunt mai drepte și mai suple, cu atât mai departe este aceasta de un raport ideal de 70% între talie și șolduri (vom discuta despre asta în detaliu în capitolul 8) fiind astfel mai puțin aptă să poarte copii. Creierele bărbaților sunt astfel programate încât să caute indicii biologice cu privire la potențialul reproducător al unei femei și sunt atrași mai degrabă de o formă de clepsidră. Revistele pentru bărbați înțeleg această realitate – priviți-le pe cele despre mașini sau motociclete și veți vedea femei cu forme rotunjite întinse peste bolizi și transmițând tocmai aceste semnale biologice. De aceea, nu veți vedea niciodată o femeie slabă ca gardul într-o reclamă la Harley-Davidson. Peste 80% dintre cei care se uită la Miss Universe sunt bărbați, în timp ce numai 5% din audiența prezentărilor de modă este masculină.

Mă aflam în pat împreună cu soția mea și ne uitam la Vrei să fii miliardar? M-am întors către ea și i-am spus: „Vrei să facem sex?“ Ea mi-a răspuns: „Nu.“ „E răspunsul tău final?“ am continuat eu. Ea m-a privit țintă în ochi și mi-a spus: „Da.“ Și astfel am conchis: „Atunci m-aș duce să sun un prieten...“

Profesorul Douglas Kenrick și colegii săi de la Arizona State University au studiat felul în care este înfățișată în presă femeia perfectă din punct de vedere biologic, ajungând la anumite rezultate tulburătoare. Au descoperit că bărbații cărora li se înfățișaseră imagini ale unor femei atrăgătoare din punct de vedere sexual își considerau partenerele din viața reală mai puțin arătoase și erau mai nesatisfăcuți de ele decât bărbații cărora li se prezentau imagini ale unor femei cu o înfățișare absolut normală. Mai mult, bărbații care văzuseră imaginile unor femei foarte atrăgătoare se descriau ca fiind mai puțin angajați într-o relație, mai puțin serioși, mai puțin mulțumiți și mai puțin apropiați de partenerele lor. Chiar și bărbații care își considerau partenerele foarte atrăgătoare începeau să fie tot mai puțin satisfăcuți de ele după ce li se prezentau alte femei apetisante. Aceste descoperiri sunt îngrijorătoare pentru că imaginile cu femei prezentate în revistele pentru bărbați sau pe internet sunt de obicei unul sau două cadre selectate din sute de alte fotografii immortalizate pentru a încerca să fie surprinsă cea mai bună postură și cel mai potrivit unghi. Cu alte cuvinte, aceste imagini nu reflectă lumea reală în care trăim. În vremea strămoșilor noștri, bărbații își alegeau partenerele din rândul femeilor disponibile și nu ar fi avut cum să vadă imagini modificate și îmbunătățite simțitor ale unor femei perfecte, imaginare. E o concluzie de bun-simț aceea că bărbații de pe timpuri se descriau ca fiind mai mulțumiți cu femeile lor decât cei din secolul XXI, deoarece ei căpătau exact ceea ce vedeau înaintea ochilor.

Creierile bărbaților încă mai au circuitele necesare acestui proces de evaluare în vederea alegerii partenerelor, dar aceștia sunt înșelați de tehnologia modernă care le stimulează în exces răspunsul la semnalele care indică fertilitatea femeii. Prin analogie, restaurantele fast-food se folosesc de tehnologii chimice moderne pentru a ne păcăli creierul și a le face să creadă că mâncăm alimente de valoare, de care avem nevoie pentru a supraviețui. Urmările sunt însă altele: diabet, obezitate, o stare proastă de sănătate.



Frumusețea pălește – implanturile sunt veșnice.

Imaginile din presă ale unor femei perfecte sunt un factor important care contribuie la tot mai slaba disponibilitate a bărbaților de a se implica în relații și tot mai puternica lor aplecare pentru flirturi. Aceste imagini, de asemenea, exploatează dorința firească a femeilor de a se întrece pentru a fi mai atrăgătoare în ochii bărbaților; prin urmare, femeile au ajuns să apeleze tot mai frecvent la operații estetice, haine și machiaj pentru a lupta pentru atenția bărbaților.

Ce-și doresc bărbații cu adevărat

Există patru lucruri fundamentale pe care bărbații și le-au dorit dintotdeauna de la femei:

1. Sex
2. Servicii de bază – hrană, spălat, căutat în coarne etc.
3. Să fie iubiți și considerați numărul unu

4. Să aibă momente de singurătate în care să nu fie deranjați

Nimic mai simplu. Bărbații își cern tot ceea ce spun sau fac prin sита acestor patru nevoi.

Dacă puteți identifica exact care dintre aceste nevoi îl încearcă pe un bărbat la un anumit moment, veți vedea că aceștia devin foarte ușor de manevrat. Problema este că tot ceea ce este important pe lista unui bărbat foarte probabil va fi trecut la capitolul de lucruri irelevante în mintea unei femei și viceversa.

De exemplu, un bărbat va vedea în munca până la ore târzii, orele suplimentare sau două slujbe un efort și un sacrificiu pe care îl face pentru a oferi hrană și adăpost familiei, dar o femeie va considera aceste lucruri o dovadă că el este mai interesat de muncă decât de cămin.

Al 153-lea lucru pe care și-ar dori bărbații să-l știe femeile: Ori de câte ori este cu puțință, spune ceea ce ai de spus în timpul pauzelor publicitare.

Într-o relație, cei mai mulți dintre bărbați vor face lucrurile necesare pentru a o face pe o femeie să le ofere aceste patru servicii de bază. Aici este vorba de cine romantice, dans, înfățișarea „laturii lui feminine“ atunci când discută cu ea sau îi spune că ea e unică, cea mai minunată femeie pe care a întâlnit-o vreodată – știți toată abureala asta. Cu toate acestea, scopul lui fundamental este acela de a o face pe femeie să-i ofere unul sau mai multe servicii de bază, și s-o facă acum. Dacă ea are nevoie să audă chiar acum vorbe mieroase sau poezia cu „împreună pentru totdeauna“ atunci asta îi va spune el. Un bărbat o va minți cu ușurință pe o femeie cu privire la înfățișarea ei pentru a-și spori șansele de a face sex, deoarece, printre bărbați, acesta este văzut drept un scop nobil și drept.

Nu te aștepta niciodată să fi întotdeauna pe primul loc în viața unui bărbat. Uneori vor fi prietenii sau copiii, alteori echipa favorită, mașina sau cariera și uneori vei fi și tu.

Ce va face un bărbat pentru sex

Un bărbat este dispus să facă anumite lucruri pentru o femeie pentru a fi recompensat cu sex și alte beneficii, iar femeile știu asta. „Ia-mă la cumpărături“, spune ea. „Construiește-mi nu știu ce, condu-mă cu mașina

unde, du-mă la cinema, la cină, la mama, bagă copiii în pat, vopsește garajul“ etc. Cum puteți ști că bărbații se așteaptă la o răsplată prin sex pentru toate aceste lucruri? Pentru că bărbații nu le-ar face pentru alți bărbați. Și dacă, totuși, fac vreun lucru pentru un alt bărbat, o îndatorire tacită se consemnează între cei doi, îndatorire care va fi plătită într-un fel sau altul la un moment dat. Dacă un bărbat nu face sex cu o femeie, dar investește timp pentru a face pentru ea anumite lucruri, atunci datoria tacită se acumulează, întocmai cum s-ar fi întâmplat dacă în locul ei ar fi fost un bărbat. El vrea ca eforturile să-i fie răsplătite fie prin sex, fie prin servicii viitoare.

Scott locuia cu Kirsty și cei doi fi ai ei. El și Kirsty erau într-o relație de mai bine de un an, dar se despărțiseră. El își pierduse slujba și nu mai avea unde să locuiască. Așa că făcea felurite treburi pe lângă casă – tunde gazonul, spăla, dădea cu aspiratorul, ducea gunoiul și își petrecea timpul jucându-se cu cei doi băieți ai ei. Le cumpăra acestora cadouri și, în plus, îi scotea pe toți să ia masa în oraș o dată pe săptămână. El îi plătea o chirie mică, dormeau în camere separate și el nu-și mai dorea o relație intimă cu ea din nou, pe când Kirsty încă îl mai iubea și și-ar fi dorit o relație pe termen lung cu el. Când el i-a spus limpede că acest lucru nu se va întâmpla niciodată, ea i-a cerut să plece.

El nu le mai face vizite și nu-i mai vede niciodată pe băieți. El simțea că își plătitise orice datorie față de Kirsty și nu mai simțea nevoia de a se întoarce pe acolo.

Teama de a pierde serviciile pe care le poate oferi o femeie este motivul pentru care atunci când un bărbat nepăsător și neatent este părăsit de o femeie, adeseori el își va declara dragostea eternă și angajamentul față de ea și îi va spune că ar fi dispus să se însoare cu ea sau chiar să aibă copii împreună. El îi va spune orice este necesar pentru a avea din nou parte de mâncare, rufe spălate și sex, sau pentru a scăpa de vreun competitor. Din fericire pentru bărbați, cele mai multe dintre femei cred astfel de vorbe. Lecția pe care femeile ar trebui s-o desprindă de aici este să se bucure de spectacolul pe care-l oferă bărbatul, dar să nu-l creadă întotdeauna pe cuvânt.

Istoria consemnează până și un moment ca acela când Sir Walter Raleigh și-a pus jacheta nouă și impecabilă într-o băltoacă de noroi pentru a-i permite unei femei să treacă. De ce? Pentru că fusese mereu pe mare în ultimele 15 luni și simțea o nevoie disperată de a face sex. Niciun bărbat cu capul pe umeri nu ar face un asemenea lucru cu scumpa lui haină.

Bărbații nu se gândesc la relații

După cum am dezvăluit în volumul *De ce bărbații se uită la meci și femeile se uită în oglindă?*, cele mai multe dintre creierile bărbaților sunt atrase de lucruri care au de-a face cu abilitățile de „vânătoare“, sexul sau mișcările spațiale. Revistele pe care le cumpără bărbații reflectă în mod limpede aceste nevoi – bărbații citesc *New Fisherman*, *Which Camera?*, *Hot Wheels*, *Computer Buyer*, *Trader Boat* și orice alte reviste în care apar femei înveșmântate sumar.

La început, Dumnezeu a făurit pământul, după care s-a odihnit. Apoi Dumnezeu l-a creat pe bărbat și s-a odihnit. Apoi Dumnezeu a creat femeia. De atunci, nici Dumnezeu, nici bărbatul nu au mai avut parte de odihnă.

În revistele pentru bărbați nu ar apărea *niciodată* articole precum:

- „Cum să vă planificați nunta“
- „Cum să-ți păstrezi femeia fidelă“
- „Cum să-ți alegi vestimentația potrivită“
- „Cum să-ți găsești aleasa inimii, pentru totdeauna“

În schimb, în revistele pentru bărbați s-ar afla articole de genul:

- „Cum să faci foarte mulți bani“
- „Cum să-ți dezvolti un abdomen perfect“
- „Cum să fii armăsar în pat“
- „Cum să faci foarte mult sex cu foarte multe femei“

Femeile citesc orice are legătură cu oamenii și relațiile: *Woman's Weekly*, *Hello!*, *OK!*, *New Woman*, *Cosmo*, *Marie Claire*, *Mills and Boon*, *New Idea*, sau *Woman's Day*. Și din miile de cărți despre relații care zac pe rafturile librăriilor abia dacă se găsesc câteva despre ce gândesc femeile – asta pentru că, în general, bărbaților nu le pasă. Bărbații doresc doar să fie hrăniți, iubiți, lăsați în pace sau să te joci cu ei. Foarte puține cărți despre relații tratează acest subiect, deoarece majoritatea cărților motivaționale sunt scrise de femei și peste 90% din publicul volumelor despre relații este feminin. Principalul motiv pentru care cei mai mulți dintre bărbați nu prea se pricep să construiască relații cu femeile este acela că nu se gândesc prea mult la asta, iar atunci când o fac le apare în minte peisajul unor copii plângăcioși, bani ioc, săcâieli, chelie, o burtă revărsată și monogamie eternă.

Majoritatea bărbaților și mai cu seamă cei tineri văd în secret într-o relație ceva ce le îngrădește accesul la tot soiul de oportunități atractive care se pot ivi în

fiecare zi. Hei, dacă Tommy Lee s-ar fi angajat într-o relație cu o fană înfocată, care și-ar fi dat jos pantalonii înaintea lui, n-ar fi avut niciodată șansa unei hârjoane cu Pamela Anderson, Heather Locklear sau multe alte blondine superbe, corect? Și chiar dacă în realitate astfel de scenarii se aplică în cazul a mai puțin de 1% dintre bărbați, niciunul dintre ei nu este dispus să-și ardă punțile de legătură cu lumea, așa, pentru orice eventualitate.

Și asta cred cei mai mulți dintre bărbați. Pentru ei „până când moartea ne va despărți“ este un concept înfricoșător.

Al 43-lea lucru pe care și-ar dori bărbații să-l știe femeile: „Da“ și „nu“ sunt răspunsuri perfect acceptabile pentru aproape orice întrebare.



Telecomanda perfectă pentru bărbați

Decodificarea limbajului bărbatului

Bărbații au un adevărat repertoriu de fraze pe care le folosesc pentru a convinge o femeie să le ofere unul dintre cele patru servicii fundamentale, mai ales sexul.

Iată, în cele ce urmează, principalele zece propoziții ale bărbaților și traducerea acestora:

1. **„Ești drăguță/frumoasă/amețitoare.“**
„Fața ta este simetrică și curată, ceea ce indică faptul că mi-ai putea purta genele cu succes. Hai să facem sex.“
2. **„Arăți minunat în seara asta.“**
„Vreau să facem sex cât mai repede.“
3. **„Să fim prieteni.“**
„Nu prea îmi plac și nu prea mă dau în vânt după tine. Sper din tot sufletul că n-o să mă suni sau să-mi dai mesaje de patrujze ori pe zi întrebându-mă unde sunt.“
4. **„Ești fierbinte în hainele astea.“**
„Îmbrăcămintea respectivă îți pune în evidență raportul dintre talie și șolduri și îți scoate sânii în evidență. Toate acestea îmi pun pe jar circuitele neuronale și hormonii așa că vreau să fac sex cu tine chiar acum.“
5. **„Ți-ar plăcea să treci pe la mine să bem o cafea?“**
„Hai să facem sex animalic în timp ce eu sunt pe jumătate beat și lumina nu este îndeajuns de puternică să-ți scoată la iveală defectele pe care le-ai putea avea.“
6. **„Să-ți iau ceva de băut.“**
„Dă-mi voie să-ți potolesc inhibițiile cu niscaiva alcool, astfel încât poate te vei învoi să faci sex cu mine.“ Varianta avansată a acestei replici este: „Mai bea ceva.“
7. **„Nu pot sta până târziu în seara asta. Mâine încep munca devreme.“**
„Mersi pentru sex. Gata cu mine pe ziua de azi.“
8. **„Vreau să avem o relație deschisă, cinstită.“**
„Dacă pe viitor îți voi spune ceva ce n-o să-ți convină, replica de mai sus îmi va permite să-ți reamintesc: Ți-am promis că voi fi cinstit cu tine.“
9. **„Te sun/mă întâlnesc cu tine după ce se-nchide clubul.“**
„Dacă nu-mi iese nimic în seara asta, voi face sex cu tine în schimb.“
10. **„Nu-i vorba de tine... eu...“**

„Ba despre tine-i vorba, așa că șterge-o.“

Aceste replici sunt amuzante, dar dilema este că femeile își spun în gând că un dram de adevăr tot este în spatele lor, iar cele mai multe dintre femei chiar îi încurajează pe bărbați să le folosească. Drept urmare, puține femei își dau seama încă de la început dacă un bărbat este un candidat serios pentru o relație pe termen lung. Dacă femeile ar putea decodifica cum se cuvine aceste replici, ar putea face mai bine diferența între diferitele soiuri de bărbați.

Bărbații caută valoarea reproducătoare

Bărbații din timpuri străvechi prețuiau mai cu seamă femeile care erau capabile să dea naștere la cât mai mulți copii, ceea ce putea fi determinat de doi factori observabili: tinerețea și sănătatea. Cu cât este o femeie mai tânără, cu atât mai mulți copii ar putea naște. Valoarea reproducătoare a unei femei este ridicată în jurul vârstei de 20 de ani, medie la 30, scăzută la 40 și egală cu zero la 50. Din acest motiv bărbații din zilele noastre au moștenit de la strămoșii lor o anumită preferință pentru femeile mai tinere – din pricina valorii lor reproducătoare sporite. Tot din acest motiv, cu cât o femeie este mai tânără, cu atât crește riscul ca aceasta să fie violată. Statisticile din SUA arată că 85% dintre victimele violurilor au sub 36 de ani, iar acest lucru are o legătură directă cu valoarea reproducătoare a femeii.

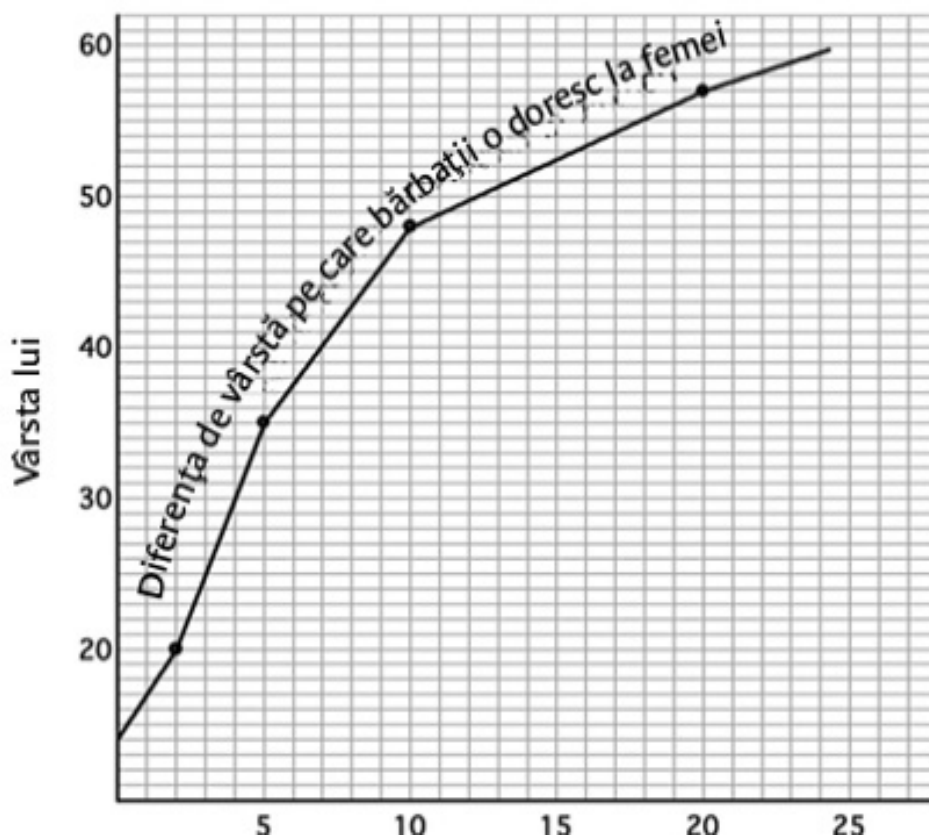
Toți bărbații preferă ca soțiile lor să fie cu doi până la patru ani mai tinere decât ei și cu cât un bărbat este mai în vârstă, cu atât mai tinere preferă să fie femeile din preajma lui. Într-un studiu cu privire la vârstele pe care bărbații le preferă pentru femei, profesorii Kenrick și Keefe au descoperit că bărbații de 20 de ani preferă femei de 18, cei de 35 de ani preferă femei de 30 de ani, un bărbat de 48 de ani preferă o femeie de 37 de ani, iar altul trecut ușor de 50 de ani dorește o femeie cu cel puțin 20 de ani mai tânără.

Diferența de vârstă, în ani

În mod instinctiv, bărbații par să priceapă legătura dintre resurse și abilitatea de a atrage femei mai tinere. Etnologul german Karl Grammer a studiat un serviciu matrimonial pe calculator în care erau implicați 2 638 de bărbați și femei și a descoperit că pe măsură ce veniturile bărbaților cresc, aceștia caută femei mai tinere. De exemplu, a descoperit că un bărbat care câștiga 10 000 de euro pe lună dorea femei cu 5-15 ani mai tinere decât el, în timp ce un bărbat

care câștiga 1 000 de euro pe lună dorea o femeie mai tânără cu cel mult 5 ani. Pentru fiecare 1 000 de euro în plus pe lună corespundea o scădere de un an în vârsta dorită pentru parteneră⁴. Cu alte cuvinte, bărbații își dau seama că, cu cât sunt mai ridicate resursele lor, cu atât mai multe partenere pot atrage și cu atât mai mare va fi valoarea reproducătoare a acestora. Când un bărbat este gata să-și împartă resursele cu o anumită femeie, își sporește șansele de a avea o parteneră de valoare pentru că femeile care sunt dorite se pot agăța exact de acel lucru pe care și-l doresc – angajamentul pe termen lung cu un bărbat.

Asta înseamnă, așadar, că dacă ești o femeie trecută de 50 de ani și lipsită de valoare reproducătoare ești sortită singurătății? Nu, înseamnă doar că, asemenea femeilor mai tinere, o femeie mai în vârstă este nevoită să își păstreze înfățișarea atrăgătoare dacă dorește să rămână în acest joc al găsirii partenerilor.



În revistele pentru femei abundă articolele despre femei mature și cum reușesc acestea să își mențină înfățișarea tânără. Ceea ce îi atrage pe bărbații de toate vârstele este să te îngrijești și să arăți mai tânără, nu neapărat că nu mai poți avea copii. Gândiți-vă la Joan Collins, Cher, Ivana Trump și Madonna.

Al 22-lea lucru pe care și-ar dori bărbații să-l știe femeile: Dacă ceva din ce-am spus poate fi înțeles în două feluri și unul dintre acestea te înfurie sau te întristează, am vrut să spun celălalt lucru.

Niciuna dintre aceste preferințe ale bărbaților nu ar putea părea în ochii femeilor cinstită, corectă politic, de bun-simț, rezonabilă, și totuși, ele sunt reale, fie că vă place sau nu. Odată ce pricepeți care este originea preferințelor bărbaților și că acestea fac parte din constrângerile puternic înrădăcinate în creierile lor, veți putea înțelege mai bine comportamentul bărbaților și prin urmare veți interacționa mai lesne cu ei.

Revenirea la subiectul principal

Lista pe termen lung a bărbaților

Iată ce caută bărbații la o parteneră pe termen lung:

1. Personalitate
2. Atractivitate
3. Minte
4. Umor
5. Corp bun

Când veți compara această listă cu următoarea – cea a preferințelor femeilor cu privire la un partener pe termen lung – veți vedea că sunt extrem de asemănătoare, personalitatea fiind prima preferință în ambele cazuri. Principala diferență este că femeile doresc un bărbat care este și sensibil, în vreme ce bărbații preferă o femeie care să arate bine.

Lista pe termen lung a femeilor

Iată ce caută femeile la un partener pe termen lung:

1. Personalitate
2. Umor
3. Sensibilitate
4. Minte

5. Corp bun

Femeile din timpuri străvechi nu aveau o listă atât de extinsă, deoarece nu aveau nevoie decât de un bărbat care să facă rost de hrană și să gonească agresorii. Bărbatul acelor vremuri nu era nevoit să poată rosti o glumă pentru a impresiona o femeie, să știe să joace șah sau să-i înțeleagă acesteia sentimentele. Femeile de pe timpuri întâmpinau, de asemenea, mult mai puține dificultăți în găsirea unui partener decât femeile din secolul XXI, deoarece pe atunci nu existau cosmetice, sutiene cu push-up sau chirurgie estetică. Terenul de joacă al strămoșilor noștri era mult mai echilibrat și echitabil.

Acum să vă spunem un pont pe care cele mai multe dintre femei nu-l știu: bărbații au două liste când vine vorba de partener; majoritatea femeilor au doar una. Indiferent dacă femeia caută un partener pe termen lung sau pe termen scurt, ea folosește pentru evaluare aceleași criterii pe care le-am pomenit anterior. Bărbații, totuși, au o listă pe termen lung și o alta pe termen scurt, pentru relații trecătoare.

Lista pe termen scurt a bărbaților

Iată lista lor pe termen scurt:

1. Atractivitate
2. Corp bun
3. Sâni
4. Fund
5. Personalitate

După cum puteți vedea, în mare parte această listă constă în stimuli vizuali care provoacă o puternică activitate hormonală în hipotalamus și amigdală, astfel încât lista pe termen scurt a bărbaților ține numai de dorință. David Buss a enumerat 67 de caracteristici pe care bărbații și femeile le-au menționat ca fiind de dorit pentru un partener într-o aventură trecătoare. Printre acestea se numără: loialitate, sociabilitate, cinste, avere, bunătate, inteligență, farmec, educație, generozitate, responsabilitate și cooperare. S-a descoperit că bărbații considerau aceste calități ca fiind mult mai puțin importante în cazul unei aventuri trecătoare decât femeile. De asemenea, bărbații erau în mod

semnificativ mai puțin interesați decât femeile de anumite însușiri negative ca promiscuitatea, alcoolismul, bisexualitatea sau abuzurile mentale. În schimb, bărbații consideră aceste atribute ca nefiind de dorit pentru o parteneră pe termen lung. Pentru relații de durată, bărbații sunt interesați de nevoia de angajament, de atractivitatea fizică, în vreme ce pilozitatea excesivă a femeii sau apetitul sexual scăzut sunt cu totul și cu totul de nedorit. Bărbații consideră dorința unei femei de a-și lua un angajament emoțional față de ei ca fiind de nedorit pe termen scurt, dar foarte importantă în cazul unei partenere pe termen lung sau viitoare soții. Chiar și o parteneră într-o relație trecătoare care este căsătorită este de preferat uneia singure pentru că femeia măritată e mai puțin probabil să-și dorească de la bărbat un angajament ferm.

Lista pe termen scurt a unui bărbat este cea care intră în funcțiune în cluburi, cârciumi, baruri, pe plajă, la sala de gimnastică și, în general, oriunde se duce. Este, în principal, o listă fizică, deoarece, după cum au arătat radiografiile neuronale, bărbații sunt vizuali prin excelență și primele lucruri pe care le remarcă la o femeie sunt fața și corpul. Acestei liste pe termen scurt îi răspund majoritatea femeilor în cea mai mare parte a timpului. Fie că vă place sau nu, asta caută bărbații pentru o aventură de-o noapte sau o relație pe termen scurt, dar nu și în cazul uneia de lungă durată. Femeia care se îmbracă în mod constant ca o pițipoancă ieftină sau ca o prostituată corespunde acestor criterii. Fustele scurte, decolteuri adânci, machiajul strident și comportamentul provocator, toate acestea sunt urmări ale listei pe termen scurt a bărbaților. De aceea, femeile care se înfățișează astfel au parte mai ales de relații scurte cu bărbați. Pentru a atrage un bărbat într-o relație de lungă durată, o femeie trebuie să analizeze atent lista acestuia de cerințe pe termen lung, să se îmbrace și să se comporte în concordanță cu aceasta, dar în același timp să știe și când să acționeze potrivit listei pe termen scurt pentru a-i capta atenția imediată.

Ce dezvăluie anunțurile matrimoniale

Anunțurile matrimoniale prin care diferite persoane caută parteneri scot în evidență în mod limpede diferențele de preferințe dintre bărbați și femei. Bărbații nominalizează de cel puțin trei sau patru ori mai frecvent decât femeile atracția fizică drept calitate fundamentală pentru partener, în vreme ce femeile au drept principală țintă resursele – asta se traduce printr-un bărbat care are măcar o slujbă, o mașină și un acoperiș deasupra capului.

Psihologul Mark Mason de la Nene College din Northampton a studiat 2 200 de anunțuri matrimoniale pentru a vedea care sunt cele mai frecvente cerințe și care sunt cele mai eficiente anunțuri care își ating scopul. Formula pe care a găsit-o este să vorbești 70% despre tine și 30% despre ceea ce îți dorești.

Iată un anunț care s-a dovedit a fi eficient în cazul bărbaților care vor să-și facă publică disponibilitatea de a se implica într-o relație:

Bărbat, 28 de ani, câștiguri bune, sincer și serios, cu simț al umorului, caut femeie tânără, grijulie și atrăgătoare pentru o relație serioasă.

Funcționează, deoarece cititoarelor femei li se oferă exact ceea ce-și doresc – resurse –, și în schimb li se cere ce-și dorește el – tinerețe și sănătate, care echivalează cu o bună valoare de reproducere.

Puneți acest anunț în balanță cu cerințele tipice ale unei femei, extrase, de asemenea, din paginile matrimonialelor – și acest anunț funcționează foarte bine:

Femeie, atrăgătoare, subțirică, iubitoare și sensibilă, caut bărbat cu venituri bune, cu simț al umorului dezvoltat, independent, sincer, pentru o relație serioasă.

În acest anunț ea oferă un spirit matern și calități fizice, dorind în schimb resurse.

Orice discuție despre ce-și doresc cu adevărat femeile sau bărbații atrage în mod inevitabil strigăte de protest din partea unora și povești ale altora despre persoane care au reușit să-și găsească pe cineva deși au dat anunțuri complet diferite față de modelele prezentate mai sus. Țineți cont de faptul că în această carte discutăm despre anumite principii fundamentale care sunt valabile pentru cei mai mulți dintre oameni, nu și pentru minorități sau excepții.

De ce a devenit atractivitatea atât de importantă

Într-un studiu despre găsirea partenerilor, studiu care analizează diferite generații și care s-a întins pe o perioadă de 50 de ani, începând cu 1940, au fost analizate criteriile bărbaților și femeilor pentru a-și găsi pe cineva. În fiecare interval de câte zece ani măsurat s-a observat că atractivitatea este foarte importantă la o femeie, în timp ce femeile vedeau această calitate ca fiind una de dorit la partener, dar nu foarte importantă. Până în 1990, atât bărbații, cât și femeile dădeau cu 50% mai multă importanță atractivității fizice, iar

procentul a crescut la 65% în cazul bărbaților până în 2008, față de un grup similar care a fost analizat în 1940. Acest lucru se datorează faptului că o tot mai mare globalizare și o mai largă disponibilitate de alegere a unor posibili parteneri a devenit la îndemâna oricui la sfârșitul secolului XX, iar presa din toată lumea este obsedată de înfățișarea unor imagini de femei și bărbați perfecți. De asemenea, studiul a scos în evidență faptul că importanța pe care o acordăm atractivității nu este profund înrădăcinată în genele noastre, ci se poate schimba în funcție de circumstanțe. Totuși, din nefericire, cerem mult mai multă perfecțiune decât înaintașii noștri.

Studiul mai arată și că fenomenul acesta care îi privește pe bărbați este general, ține de specie și nu se limitează la o arie geografică. Bărbații letoni vor atractivitate, la fel și cei greci sau islandezi, cei chinezi, marocani, inuiți sau bărbații zulu. Preferințele masculine pentru atractivitatea partenerelor acționează de sute de mii de ani, iar acestea sunt răspunzătoare întru totul pentru apariția unor industrii de multe miliarde de dolari precum chirurgia estetică sau cosmeticele. Aceste industrii înțeleg ce semnale declanșează o activitate hormonală intensă în creierul unui bărbat și astfel produsele și serviciile lor promet să le ofere femeilor exact aceste semnale pentru a-i atrage pe bărbați.

*O femeie dezbrăcată se privea în oglinda din dormitor. Nu era deloc mulțumită de ceea ce vedea, așa că i-a spus soțului ei: „Mă simt groaznic. Arăt bătrână, grasă și urâtă. Am nevoie să-mi faci un compliment chiar acum.“
Soțul îi răspunse: „Ai însă o vedere perfectă!“ Apoi s-a iscat cearta...*

Bărbații caută atractivitatea la o femeie și pentru că doresc o dovadă vizuală a faptului că au control asupra resurselor. O femeie care arată bine la brațul unui bărbat este mărturia clară a faptului că acesta dispune de resurse. Aici putem descoperi motivația din spatele ideii de „nevastă-trofeu“. O femeie atrăgătoare poate fi alăturată altor „trofee“ precum obiectele scumpe de artă, mașinile rapide, ceasurile de aur, titlurile pompoase, cu toate acestea bărbatul devenind mai atrăgător pentru alte femei și potențiale parteneri. Cercetările conduse de dr. Buss au arătat că, indiferent de cultură, o parteneră neatrăgătoare duce la scăderea statutului social al unui bărbat, dar situația inversă are un efect mic sau complet inexistent asupra statutului unei femei, indiferent dacă partenerul acesteia arată ca Mike Tyson într-o zi proastă. Dacă, totuși, are bani, putere și

resurse, omul respectiv tot e văzut ca o partidă bună, chiar dacă are un corp în formă de măr, iar fața parcă i-ar fi fost lovită de un autobuz.

Ce înseamnă „atrăgător“?

Atractivitatea înseamnă că o femeie a cheltuit timp și eforturi pentru a-și prezenta atuurile într-o lumină cât mai bună și pentru a-și minimaliza neajunsurile. O femeie atrăgătoare se înfățișează bine la orice oră și nu uitați că bărbații sunt atrași, în primul rând, de ceea ce văd, nu de ce este real. Atractivitatea fizică a unei femei este legată direct de starea ei de sănătate, de aceea bărbații au pus dintotdeauna mare preț pe înfățișare. Când o femeie mai în vârstă se îmbracă bine și se machiază atent, ea poate fi descrisă drept atrăgătoare, dar ea, de fapt, nu face altceva decât să-și recompună înfățișarea și semnalele din tinerețe, cele ale unei femei încă fertile. Cele mai multe dintre femei înțeleg acest fapt, iar industriile implicate în producția de cosmetice, scăderea în greutate sau îmbrăcăminte aduc promisiunea că femeile se pot ridica la nivelul acestor criterii masculine.

Psihologul Paul Rozin a condus un experiment în care a întrebat mai mulți bărbați și femei despre percepțiile pe care le au despre prototipul femeii ideale. Le-a arătat subiecților imagini de corpuri feminine, de la trupuri extrem de slabe, până la altele de-a dreptul mătăhăloase. Fără excepție, femeile au ales corpurile mai subțiri ca fiind cele mai atrăgătoare și cele precum care „mi-ar plăcea să arăt“. Totuși, pentru bărbați cele mai atrăgătoare au fost femeile cu un corp potrivit. Astfel reiese cum femeile moderne cred în mod greșit că bărbații visează la trupuri cât mai suple. În general, bărbații preferă femei potrivite sau chiar peste medie, al căror corp are formă de clepsidră. Vom vedea mai târziu de ce.

În mod interesant, profesorul Donald Symons de la Departamentul de Antropologie al Universității din California, Santa Barbara, a fost primul care a demonstrat că într-o societate în care există mâncare din belșug – cum este cazul SUA –, bărbații sunt atrași de femeile mai slabe, în vreme ce în societăți în care mâncarea este mai puțin abundentă, bărbații sunt atrași de femei mai corpolente. El a descoperit că foarte importantă era starea mentală asociată cu mâncarea, nu mâncarea în sine.

Luați o frunză din regiunea Amazonului

Pentru a capta atenția bărbaților, femeile din anumite triburi din preajma Amazonului și din Africa merg cu pieptul dezvelit și poartă la mijloc un fel de centură subțire care pornește dinspre labii și merge până la fund. Femeile din lumea civilizată probabil că ar fi șocate de o asemenea abordare, dar în realitate este o diferență mică în ceea ce privește efectul față de ceea ce femeile „civilizate” fac pentru a-și atrage bărbații. Se machiază pentru a induce convingerea că pielea lor este sănătoasă și impecabilă, folosesc rimel pentru ca ochii lor să pară mai mari, rujul are rostul de a imita circulația sângelui în buze, își vopsesc părul blond pentru a mima tinerețea și un nivel mai ridicat de estrogen, se supun unor operații estetice pentru ca fețele lor să pară mai tinere, ca de copil și poartă sutiene cu *push-up*, fuste scurte, dresuri de nylon, tocuri înalte și își injectează Botox în față – toate acestea fiind unelte de vânzări al căror scop este de a se adresa preferințelor înrădăcinate în mintea bărbaților pentru tinerețe și sănătate. După cum am afirmat, astfel se explică de ce bărbații se îndrăgostesc mai iute decât femeile – semnalele vizuale sunt instantanee.

Nu spunem asta pentru a evita asemenea lucruri, ci pentru a înțelege *de ce* le facem.

Ce caută bărbații la frumusețe

Pentru animale nu există conceptul de frumusețe. Niciun câine, nicio pisică și niciun elefant nu a fost vreodată uimit de frumusețea unui apus de soare, de un tablou de Monet sau de o cascadă. Nu există maimuțe urâte, nici pisici sau cai. În lumea animală, ceea ce poate fi considerat atrăgător sau frumos acționează la un nivel foarte simplu – dacă e în călduri, e o mândrețe de femelă.

Totuși, felul în care noi, oamenii, cântărim frumusețea în tot ce ne înconjoară ne-a fost transmis de la strămoși. Găsim că picturile sau tablourile sunt atrăgătoare atunci când imită lucrurile din lumea în care au evoluat strămoșii noștri – apă, animale, vreme, conflicte, adăposturi.

*Abia întoarsă de la un control medical, Joanne, 45 de ani, îi spune soțului ei:
„Doctorul meu spune că am sănii unei femei de 20 de ani.” Soțul îi răspunde:
„Dar de fundul tău lăsat de patrușcinci de ani n-a zis nimic?” „Nu, dragă, zise
ea, nu s-a vorbit deloc despre tine.”*

Bărbații evaluează, de asemenea, frumusețea fizică a unei femei pe baza indiciilor care ar putea arăta capacitatea ei de reproducere. Aceste indicii includ o piele fină, părul puternic și sănătos, un tonus muscular bun, ochi limpezi și un nivel energetic ridicat. Toate acestea sunt lucruri pe care produsele cosmetice folosite de femei, șampoanele și cremele promet să le ofere. Acestea indică tinerețe și sănătate, attribute care echivalează cu valoarea ei de reproducere. Dintr-un punct de vedere evoluționist, femeile tinere și sănătoase puteau produce mai mulți urmași, ceea ce-i conferea unui bărbat șanse sporite de supraviețuire a liniei lui genetice. În consecință, femeile care afișează un grad sporit de curățenie sunt în mod universal considerate mai atractive, pe când femeile care par mai murdare sunt, în general, considerate mai puțin atrăgătoare, deoarece murdăria este corelată cu boala și, prin urmare, cu șanse mai mici de supraviețuire a copilului.

Profesorul Randy Thornhill, un biolog evoluționist de la Universitatea din New Mexico, a coordonat un experiment prin care le-a cerut unor bărbați sau femei să noteze atractivitatea unor imagini care înfățișau chipuri feminine. Fețele femeilor mai în vârstă au fost considerate mai puțin atrăgătoare de toți participanții, criticii bărbați acordând calificative mult mai mici decât criticii femei. Acest studiu arată cum femeile înțeleg în mod instinctiv cum funcționează acest principiu și de ce sunt *facelift*-urile atât de populare.

Concursul nostru universal de frumusețe

Lumea a devenit un uriaș concurs de frumusețe în care se întrec aproape toate femeile, practic din orice cultură ar proveni. Mai mulți bani se cheltuiesc acum pe înfățișarea femeilor decât s-au cheltuit vreodată în istorie. Centrul atenției în ceea ce privește copertele revistelor pentru femei cade în ziua de azi în proporție de 94% pe frumusețea feminină, față de numai 18% în anii '40, când importante erau hainele, mâncarea și anumite idei practice pentru casă. Cifra generală de afaceri în SUA care corespunde chirurgiei estetice, cosmeticii și dietelor a ajuns să depășească 100 de miliarde de dolari anual. Industria cosmetică nu a inventat imagini ale unor femei pe care să și le dorească bărbații; pur și simplu le-a exploatat cât s-a putut de mult. Feministele susțin că femeile care se supun industriei înfrumusețării se comportă prosteste și se supun necondiționat dorințelor bărbaților, sau că sunt complet „spălate pe creier“ de presă. Totuși, realitatea e că industria cosmeticelor și chirurgia

estetică s-au dezvoltat din nevoia femeilor de a se întrece pentru a-i atrage pe bărbați. Femeile știu în mod instinctiv că făcând aceste lucruri își măresc șansele de a obține ceea ce-și doresc. Problema îngrijorătoare în toate acestea este că presa promovează un nivel de frumusețe de neatins pentru majoritatea femeilor. Drept urmare, respectul de sine pe care îl au milioane de femei scade și sunt complet ignorați ceilalți factori pe care bărbații îi caută la o parteneră pe termen lung, calități precum personalitatea, inteligența sau simțul umorului.

Reacția noastră față de chipuri atrăgătoare este înnăscută

În 2003, Judith Langlois și colegii ei de la Universitatea din Austin, Texas au dovedit prin cercetările lor că răspunsul uman la chipuri atrăgătoare este înnăscut și nu dobândit prin cultură sau educație, așa cum se credea înainte. Ea a arătat imagini ale unor oameni cu fețe mai mult sau mai puțin atrăgătoare unor bebeluși de 8-12 săptămâni și apoi unui al doilea grup de micuți cu vârste cuprinse între 6 și 8 luni și s-a descoperit că și unii și ceilalți își petreceau mai mult timp holbându-se la chipurile mai atrăgătoare decât la cele neatrăgătoare. Într-un al doilea experiment, Judith a analizat comportamentul unor copii de un an care se jucau cu păpuși mai mult sau mai puțin urâte sau atrăgătoare și a descoperit că toți copiii se jucau mai mult timp cu păpușile mai atrăgătoare și le zâmbeau mai des.

Când un bărbat se uită la o femeie goală în Playboy, cu siguranță nu se întreabă dacă știe să gătească, să cânte la pian sau dacă are o personalitate drăguță.

În mod interesant, studii interculturale au demonstrat, de asemenea, că există o formulă universală a frumuseții – asta înseamnă că practic toată lumea este de acord cu privire la care este o față frumoasă și care nu. În volumul *El e cu minciuna, ea vorbește-ntruna* am semnalat următorul adevăr: cu cât fața unei femei este mai simetrică – ceea ce înseamnă că o parte a feței se potrivește cu cealaltă –, cu atât este ea considerată mai frumoasă. Pe măsură ce îmbătrânește, fața ei devine mai puțin simetrică, de aceea fețele mai tinere sunt mai atrăgătoare.

Ce-i pune pe jar pe bărbați – raportul de 70% între solduri și talie

Am mai pomenit de câteva ori despre acest raport din pricina importanței pe care îl are pentru bărbați. Bărbații sunt constrânși mental să caute acest raport – cunoscut și ca fiind o „image de clepsidră” – și femeile care îl au s-a demonstrat că sunt cele mai fertile și au cele mai ridicate șanse de a naște. Acest raport este folosit în aproape toate reclamele în care apar femei care vând diferite produse bărbaților. Acest raport atrage atenția bărbaților chiar și atunci când femeia respectivă este supraponderală. Raportul de 70% contează de fapt, nu greutatea propriu-zisă. Aceasta, deoarece un raport de 70% între șolduri și talie semnaleză o fertilitate sporită a femeii, iar acumularea de țesut adipos – mai ales pe fund sau pe coapse – este un indiciu despre capacitatea femeii de a alăpta un copil.

Mulți bărbați cred că o femeie este cu atât mai puțin inteligentă cu cât are sânii mai mari. Realitatea e însă alta: cu cât sânii ei sunt mai mari, cu atât devin bărbații mai puțin inteligenți.

În general, bărbații iubesc părțile corpului la o femeie pentru că diferă complet de ale lor. Acolo unde sunt linii curbate la ea, la el sunt linii drepte. Locurile moi ale ei sunt la el tari. Așadar, când vine vorba de diferențe fizice, opusele cu siguranță se atrag.

Ce nu le stârneză interesul bărbaților la femei

Femeia care se plânge întotdeauna de felul în care își percepe anumite imperfecțiuni ale corpului nu este deloc atrăgătoare pentru cei mai mulți dintre bărbați. De exemplu:

„Am coapsele prea groase.“

„Am fundul prea mare.“

„Am prea multă celulită.“

„Sunt prea grasă/înaltă/scundă.“

„Am părul prea subțire/năclăit/dezordonat.“

„Mi se văd ridurile.“

„Sânii mei sunt prea mici/lăsați/deformați.“

„Îmi urăsc vergeturile/burta.“

Atunci când un bărbat este cu o femeie, el este de obicei motivat de anumite trăsături fizice mai bine conturate ale acesteia și nu are ochi să-i vadă

imperfecțiunile. Atunci când îi face ochi dulci, o scoate la cină, este romantic și îi face curte, de obicei bărbatul este atât de invadat de dopamină și alți hormoni încât *orice* deficiență pe care ea crede că ar avea-o încetează să existe, din punctul lui de vedere.

În ceea ce privește femeile, bărbații sunt ființe foarte simple. Nu mărimea sau forma corpului unei femei îi descurajează pe bărbați, ci mărimea îndoielilor ei despre cum îi este perceput corpul. Un studiu desfășurat în Australia, în 2008, pentru femei cu vârste cuprinse între 13 și 28 de ani arată că 86% dintre acestea erau nemulțumite de felul în care arătau și ar fi luat în considerare, pentru a schimba ceva, toate opțiunile cu putință, inclusiv chirurgia estetică. Bărbații din ziua de azi au obosit să tot audă această plăcă și pur și simplu nu le mai pasă. Când bărbatul este excitat, vergeturile ei brusc devin moi și sexy, coapsele mari sunt frumoase, iar părul ei răvășit arată perfect, dar o femeie care se plânge cu privire la lipsurile ei devine complet neatrăgătoare pentru el. Simplu ca bună-ziuă.

Alegerile fizice pentru homosexuali, bărbați și femei

Elizabeth Hill, profesor asociat de psihologie la Universitatea din Detroit, Mercy, și asociatul ei, William Jankowiak le-au cerut unor bărbați și femei heterosexuali și homosexuali să noteze atracția fizică pe care le-o stârnesc o serie de imagini ale altor oameni. S-a descoperit că atât bărbații heterosexuali, cât și cei homosexuali au acordat calificative apropiate, arătând rezultate aproape identice când vine vorba de preferințele legate de tinerețea și frumusețea fizică a potențialilor parteneri. Cu toate acestea, femeile homosexuale și heterosexuale acordau puțină importanță tinereții în cântărirea atractivității. În analiza pe care au făcut-o anunțurilor matrimoniale din reviste, Hill și Jankowiak au descoperit că femeile și bărbații heterosexuali și bărbații homosexuali se aseamănă dintr-un punct de vedere: una din trei astfel de persoane cerea să vadă o fotografie a potențialului partener, în vreme ce numai una din opt lesbiene dorea să vadă o imagine. Când vine vorba de pomenirea unor detalii fizice despre propria persoană, precum greutate, înălțime, culoarea ochilor, constituția și condiția fizică, trei din patru bărbați homosexuali sau heterosexuali nu au probleme în a le menționa; în schimb, numai una din cinci

femei heterosexuale oferă asemenea amănunte. Iar dintre femeile homosexuale, numai una din paisprezece.

Într-o altă cercetare, Blumstein și Schwartz au studiat 12 000 de cupluri, inclusiv 969 cupluri de bărbați homosexuali și 788 de cupluri de lesbiene, și au descoperit că până și în relațiile permanente aceste criterii continuau să funcționeze. S-a descoperit că 57% dintre bărbații homosexuali și 59% dintre cei heterosexuali simțeau că era important ca partenera sau partenerul să arate sexy, rezultate comparate cu numai 35% în cazul lesbienele și 31% în cel al femeilor heterosexuale. Concluzia care se desprinde de aici este că atât masculii homosexuali, cât și cei heterosexuali au aceleași preferințe în ceea ce privește împerecherea; singurul lucru care diferă este sexul partenerului.

Cum au ajuns guvernele să fie noul soț

Castitatea și loialitatea femeilor sunt direct legate de dependența lor de resursele unor bărbați. În țări în care guvernele oferă programe solide de asistență socială pentru femeile părăsite, precum Marea Britanie, Australia și Suedia, femeile sunt mai puțin dependente de resursele bărbaților, deoarece, de fapt, guvernele și-au asumat acest rol – acela de a oferi resurse. Acesta este unul dintre principalele motive pentru care cotele sexului premarital sau extramarital sunt foarte ridicate în țări care au un nivel ridicat de asistență socială și explică de ce sexul în afara căsătoriei este atât de rar în țări care nu oferă mai deloc asistență socială, precum China și India. În aceste locuri, bărbații dețin resurse, iar femeile nu doresc să le piardă.

Andrew s-a dus la Biroul pentru Securitate Socială pentru a face o cerere de ajutor pentru persoane în vârstă. Femeia din spatele ghișeului îi ceru permisul de conducere pentru a-i verifica vârsta, dar domnul își lăsase portofelul acasă. Spuse că ar trebui să meargă acasă și să se întoarcă mai târziu.

Femeia îi spuse: „Descheiați-vă la cămașă.“

Așa că el se descheie la cămașă, lăsând la iveală părul alb de pe piept.

„Cârlionții ăștia argintii de pe piept sunt o dovadă suficientă pentru mine“, îi spuse funcționara și îi înregistră cererea.

Întors acasă, bărbatul îi povesti nevastei ce se întâmplase.

„Ar fi trebuit să-ți dai jos și pantalonii, zise ea. Poate așa primeai și ajutor pentru persoane cu dizabilități.“

Rezumat

Aproape toate studiile din ultimii 60 de ani despre ceea ce-și doresc bărbații au ajuns la aceeași concluzie ca și cea indicată de pictori, poeți sau scriitori în ultimii 6 000 de ani – felul în care arată o femeie, corpul ei și ce poate face cu el sunt mai atrăgătoare pentru bărbați decât inteligența sau alte atribute ale ei. Și asta se întâmplă în ciuda vremurilor corecte politic pe care le trăim. Bărbatul secolului XXI caută la o femeie exact aceleași lucruri ca și înaintașii lui – abilitatea acesteia de a-i duce genele mai departe și de a-l îngriji pe el și odraslele lui. Pe termen scurt, bărbatul caută sănătate, tinerețe și disponibilitate. Pe termen lung, totuși, pune preț și pe umor, inteligență, personalitate și o atitudine generală mai grijulie.

Din nefericire, într-o săptămână obișnuită, un bărbat normal este expus la peste 500 de imagini ale unor femei „perfecte” în ziare și reviste, pe afișe sau la televizor. Cele mai multe dintre aceste imagini sunt rezultatul machiajului și al tehnologiei, precum prelucrarea pe calculator sau efecte speciale de lumini. Rareori fotografiile înfățișează o persoană adevărată.

Ce-și doresc, de fapt, femeile: să fie iubite, adorate, respectate, să ai încredere în ele, să ai nevoie de ele, să fie laudate, răsfățate, îmbrățișate, sprijinite, consolete, să li se facă deseori complimente, să fie fermecate, protejate, strânse la piept, venerate.

Ce-și doresc, de fapt, bărbații: bilete la meciul din finală.

În cele din urmă, ce-și doresc cu adevărat bărbații în ceea ce privește sexul? Răspunsul e simplu: totul. Oricând, oriunde și în aproape orice condiții. O femeie poate găsi aproape oricând un partener pentru sex, cheia e la ea. Bărbații, cu toate acestea, au evoluat fiind nevoiți să vâneze sexul și să se întrecă alături de alți bărbați pentru acest scop, fiind influențați de obiectivul de a-și împărtăși genele și a avea copii cu cât mai multe femei cu putință. De aceea au devenit bărbații niște oportuniști sexuali. Femeia din ziua de azi încă mai are nevoie de un motiv pentru a face sex; bărbatul din ziua de azi încă are nevoie numai de un loc potrivit. În cele ce urmează, să vedem ce-și doresc bărbații și femeile de la amorurile trecătoare sau de la aventurile de-o noapte.

- Deși poate că nu sunt conștienți de acest lucru, bărbații caută femei care pot oferi servicii – sex, îngrijire, gătit, abilitatea de a avea copii etc.
- Bărbații răspund unor stimuli vizuali – vă place sau nu, înfățișarea fizică este importantă pentru bărbați.

- Ca și strămoșii lor, bărbații din zilele noastre caută la o femeie tinerețe, fertilitate și sănătate – toate indicii ale faptului că ea îi poate duce mai departe genele.
- Ceea ce omoară pasiunea oricărui bărbat este nesiguranța femeii cu privire la corpul ei.

Note:

4 Grammer (1992). Rezultatele au fost aduse la zi potrivit veniturilor din 2009. (*N. a.*)

CAPITOLUL 5

Se caută: relație serioasă
de o noapte – sex pasager

Duminică-dimineața, ora 6.



Sâmbătă-noaptea, ora 23:30, la un bar.
(Întoarceți invers imaginea.)

Imaginați-vă scena următoare. Vă plimbați agale pe stradă când o persoană atrăgătoare se apropie și vă cere să faceți sex cu ea chiar acum, în camioneta care se află în parcare privată din apropiere. Dacă sunteți precum 99,2% dintre femei, răspunsul imediat va fi „Nu!”. Dar dacă vă asemănați cu trei bărbați din patru, răspunsul va fi afirmativ. În acest capitol vom vedea de ce oamenii fac sex pasager și au aventuri de o noapte.

În 1982, chiar înaintea izbucnirii crizei SIDA, doi cercetători, dr. Clark și dr. Hatfield au condus un experiment în campusul unui colegiu american. Un număr îndeajuns de mare de inși aparținând sexului opus față de subiecți, persoane atrăgătoare, urmau să se apropie de studenți, să le spună că i-au observat prin preajmă și că îi consideră foarte atrăgători. Apoi ar urma să le adreseze una dintre următoarele trei întrebări:

Ai vrea să ieși cu mine?

Ai vrea să mă însoțești în apartamentul meu?

Ai vrea să faci sex cu mine?

În vreme ce 76% dintre bărbați erau de acord să facă sex cu acea femeie atrăgătoare, aproape niciuna dintre femei nu a fost de acord să întrețină relații amoroase cu necunoscutul respectiv, deși aproximativ jumătate dintre acestea au fost de acord să iasă la o întâlnire cu el. Dr. Clark a repetat experimentul în 1989 pentru a vedea ce impact a avut criza SIDA asupra dorinței oamenilor de a se angaja în aventuri trecătoare. În lumea post-SIDA bărbații erau aproape la fel de dispuși să accepte sexul pasager, în vreme ce femeile au rămas la fel de neîncredătoare, chiar dacă jumătate dintre ele au continuat să dorească o primă întâlnire.

Ne putem gândi că aceste femei – studente încă în Florida în perioada de maxim avânt a revoluției sexuale – aveau o atitudine neîncredătoare cu privire la sexul pasager; totuși, un individ complet străin, indiferent de cum arăta, pur și simplu nu putea trece de pragul inițial dincolo de care o femeie l-ar fi putut lua în considerare drept partener. Studiul a demonstrat, de asemenea, că pentru cei mai mulți dintre bărbați o străină putea foarte bine să corespundă criteriilor de selecție a partenerelor pentru aventuri trecătoare, de vreme ce 76% dintre bărbați au răspuns „da“ la propunerea unei femei atrăgătoare pe care nu o mai întâlniseră niciodată. Acest lucru este perfect normal pentru că bărbații acționau potrivit listei mentale pe termen scurt și erau puși pe jar de hormoni.

După 1989, experimentul a fost repetat de multe ori, rezultatele fiind de fiecare dată aproape neschimbate. Cu cât bărbatul necunoscut era mai atrăgător, cu atât mai probabil era ca femeile să fie de acord să se întâlnească cu el, dar tot nu se învoiau și la sex. În cazul bărbaților, cu cât mai atrăgătoare era femeia necunoscută, cu atât erau mai dispuși să facă sex cu ea. În timp ce, în general, femeile erau surprinse, nedumerite sau de-a dreptul ofensate de o

asemenea propunere spontană, majoritatea bărbaților erau excitați și chiar flatați.

În cadrul unui alt experiment, 99 de studenți de la o universitate americană au completat un chestionar secret cu privire la atitudinile lor în legătură cu intimitățile sexuale. Printre alte concluzii, s-a constatat că bărbații erau în mod semnificativ mai dispuși decât femeile:

1. Să facă sex cu o persoană pe care o știu de numai trei ore.
2. Să facă sex cu două persoane diferite într-un interval de șase ore.
3. Să facă sex cu o persoană pe care nu o iubesc.
4. Să facă sex cu o persoană cu care nu aveau o relație bună.

Acest studiu scoate la iveală felul în care răspunsurile noastre în fața oportunităților sexuale se pare că au rămas neschimbate de mii de ani.

Kinsey a descoperit că 69% dintre bărbații americani au întreținut relații sexuale cu o prostituată, iar 15% dintre aceștia fac acest lucru în mod regulat, în vreme ce procentul femeilor care apelează la serviciile unui „profesionist“ este sub 1%.

Ce este sexul pasager?

Există multe definiții care încearcă să explice ce este sexul pasager. Iată câteva sintagme pe care poate le-ați auzit: a-ți sfârâi călcâiele, a agăța, sex anonim, prieten(ă) de la care îți iese ceva, partener(ă) de regulat, aventură de-o noapte, întâlnire ca din senin. Spuneți-i cum doriți, nu e vorba decât de întâlniri sexuale trecătoare cu străini. Poate însemna, de asemenea, înțelegerea dintre doi oameni să facă sex, fără obligații, în mod constant.

Mai întâi, sexul pasager pare să implice oameni care se concentrează mai cu seamă pe satisfacția fizică a sexului, decât pe cea emoțională. Cei mai mulți cred că sexului pasager îi lipsesc legăturile emoționale care vin odată cu relațiile, iar sexul fără obligații și legături sună foarte incitant pentru bărbați, dar după cum veți vedea, nu este și cazul femeilor. Comportamentul unora dintre femeile din ziua de azi provoacă o iluzie – aceea că motivele pentru care ar accepta o aventură trecătoare sunt similare cu acelea ale bărbaților, dar nu

este așa. Singurele momente când femeile sunt înclinate să aibă o aventură din motive de satisfacere a unor nevoi fizice sunt atunci când au un nivel ridicat al testosteronului (și nu e cazul decât pentru mai puțin de 20% dintre ele) sau dacă se află la ovulație, iar corpul lor este în căutarea celui mai bun mascul, posesor al celor mai bune gene. Chiar și în aceste două situații, femeia tot va avea niște criterii minime de selecție atunci când vine vorba de sex cu un necunoscut. Pentru a dori sex numai ca necesitate fizică este nevoie de un nivel foarte ridicat de testosteron, pe care cele mai multe dintre femei nu-l au. Bărbații în schimb au întotdeauna testosteron din plin. Pentru femei motivele sunt mai profunde. Vom analiza în amănunt aceste motivații puțin mai târziu.

În 2008, dr. David Schmitt de la Universitatea Bradley din Illinois a chestionat 14 000 de oameni din 48 de țări care au fost nevoiți să răspundă la întrebări cu privire la sexul pasager, cu câți parteneri se așteptau să facă sex în următorii cinci ani și cât de în largul lor se simțeau cu ideea aventurilor trecătoare. Rezultatele au fost transformate într-un index „sociosexual” – un etalon pentru a măsura cât de libertini sunt oamenii în gând și-n comportament.

Triburile africane nu au fost incluse în această cercetare, deși se știe că sunt poate oamenii cu cea mai mare promiscuitate de pe fața pământului. Într-un clasament alcătuit pe baza frecvenței aventurilor de o noapte, a numărului de parteneri și a atitudinilor cu privire la sex, Finlanda a ieșit pe primul loc, urmată îndeaproape de Suedia.

În cazul țărilor cu o populație mai mare de 10 milioane de locuitori, pe primul loc la sex pasager a ieșit Marea Britanie, clasându-se tot pe primul loc și la BTS (boli cu transmitere sexuală). Aceste rezultate probabil că se datorează declinului religiei, impactului egalității drepturilor pentru bărbați și femei și dezvoltării unei culturi care a ajuns să fie obsedată de sex, de vreme ce pendulul moral al Marii Britanii a ajuns să oscileze mai degrabă într-o poziție complet opusă față de valorile victoriene.

*Clasamentul țărilor în funcție de promiscuitate
(2008, OECD)*

1. Marea Britanie
2. Germania
3. Olanda
4. Cehia

5. Australia
6. Statele Unite
7. Franța
8. Turcia
9. Mexic
10. Canada
11. Italia
12. Polonia
13. Spania
14. Grecia
15. Portugalia

O definiție pentru sintagma „relație sexuală“

Când vine vorba de a stabili ce înseamnă cu adevărat o „relație sexuală“ și dacă partenerul v-a trădat sau nu, bărbații și femeile folosesc definiții diferite. Am analizat șase studii diferite cu privire la această întrebare, într-o tentativă de a găsi definiția potrivită pentru sintagma „relație sexuală“. Subiectul a devenit unul fierbinte când președintele american Bill Clinton a făcut celebra declarație cu privire la Monica Lewinsky: „Nu am întreținut relații sexuale cu femeia respectivă.“ Din punct de vedere legal, președintele avea dreptate, deoarece sexul oral nu este clasificat la capitolul de relații sexuale, potrivit legii, dar pentru noi toți a fost limpede că Bill Clinton a avut o relație sexuală cu ea. Iată varianta extinsă a definiției care explică ce sunt cu adevărat „relațiile sexuale“, atât potrivit bărbaților, cât și femeilor:

*Definiția bărbaților: orice activitate sexuală, inclusiv sexul oral și sexul normal.
Definiția femeilor: orice activitate sexuală, fizică sau emoțională cu o persoană de care te leagă ceva.*

Din punctul de vedere al unui bărbat, „relație sexuală“ înseamnă orice implică o activitate fizică, de la atingeri intime la sex normal. Cu toate acestea, pentru o femeie înseamnă orice activitate, fizică sau nu, în care se implică un partener și în urma căreia se stabilește o legătură emoțională cu altcineva. Această definiție se extinde de la preludiu, atingeri sexuale sau dans incitant până la întâlniri secrete pentru a bea o cafea sau a lua prânzul, emailuri personale sau

convorbiri pe internet, chiar dacă sexul nu a avut loc. Toate studiile au arătat că bărbații definesc intimitatea sexuală ca fiind o activitate fizică sexuală de orice natură, în vreme ce femeile văd lucrurile din punct de vedere emoțional, al angajamentului și al conotațiilor relaționale. Această concluzie se leagă foarte bine de una dintre afirmațiile pe care am făcut-o anterior în această carte – pentru bărbați sexul e sex și atât, în vreme ce femeile văd în sex o expresie a iubirii.

Aproape toți cercetătorii au ajuns la ideea că bărbații sunt mai entuziaști decât femeile să facă sex fără a se implica emoțional sau sentimental. În 1990, antropologii John Townsend și Gary Levy de la Syracuse University au studiat un număr de 382 de subiecți și au descoperit că bărbații se hotărăsc dacă sunt sau nu dispuși să facă sex cu o anumită persoană judecând numai după cât de atractivă este femeia respectivă. S-a descoperit că pentru femei interveneau numeroși alți factori care le influențau decizia de a face sex cu cineva, printre aceștia numărându-se afecțiunea, angajamentul și resursele – „Mă iubește?“, „Este el interesat să continue relația cu mine?“, „Mai există vreo altă femeie în viața lui?“ și „Are el bani sau măcar potențial de a-i agonisi?“

Într-un alt studiu, sociobiologii Ellis și Symons au descoperit că femeile mai tinere este mai probabil să facă sex cu un bărbat dacă acesta indică faptul că are potențial și că i-ar păsa de posibilitatea copiii pe care femeia îi are deja sau cărora le-ar putea da naștere în viitor. Deși femeile mai în vârstă sunt mai puțin interesate de potențialul bărbatului de a le sprijini în creșterea copiilor, țin, totuși, cont de resursele de care dispune un bărbat, acestea fiind un criteriu foarte important pentru a se hotărî dacă fac sau nu sex cu el.

În luarea unei decizii cu privire la consimțământul de a face sex al unei femei cu un bărbat contează și de cât timp aceasta îl cunoaște. De exemplu, studiul a demonstrat că majoritatea femeilor ar alege să facă sex cu un bărbat atrăgător pe care îl cunosc de cel puțin cinci ani, dar cele mai multe nu s-ar simți la fel de motivate dacă l-ar cunoaște pe acel bărbat de numai șase luni. Pentru bărbați, timpul nu are importanță – prea puțin contează dacă o cunoaște de cinci ani sau de cinci minute, el oricum e disponibil.

De ce facem sex pasager

Dezavantajele sexului pasager pentru bărbați sunt evidente – s-ar putea alege cu reputația de fustangiu, ar putea contacta vreo boală neplăcută, s-ar trezi

atacați de vreun soț gelos, ar pierde bunuri de mare valoare în urma unui divorț costisitor sau s-ar vedea nevoiți să plătească pensie alimentară pentru unii copii care poate că nici nu sunt ai lor. Femeile riscă să fie considerate ușoare, alegându-se cu atribute ca „boarfă“ sau „târfă“, ceea ce poate fi atrăgător pentru bărbați pentru aventuri trecătoare, dar nu și pentru alegerea unei parteneri pe termen lung, din pricina unor lucruri legate de paternitate. O femeie care acceptă sexul pasager riscă, de asemenea, să ajungă o mamă singură, și astfel îi scad „cota de piață“ și acțiunile la bursă, plus că este respinsă de partener și pierde accesul la resursele lui. Beneficiile pentru bărbați sunt destul de clare din punct de vedere evoluționist – reproducerea. Pentru a atinge acest scop, bărbații doresc să facă sex cu cât mai multe femei atrăgătoare. Asta nu înseamnă că un bărbat va și face asta; înseamnă doar că este condiționat să-și *dorească* s-o facă. Dacă are 50 de iubite, ar putea produce 50 și mai bine de copii anual, ceea ce are noimă din punct de vedere al supraviețuirii speciei. Nu ar avea nicio logică din punct de vedere evoluționist ca o femeie să aibă 50 de amanți – tot unui singur copil pe an îi poate da naștere. Asta înseamnă că femeile din timpuri străvechi trebuie să fi avut alte motive pentru care au acceptat sexul pasager. Comportamentul afișat de unele dintre femeile din zilele noastre poate produce iluzia că femeile care caută sexul pasager o fac din aceleași motive ca și bărbații. Aceste femei se îmbată, se poartă agresiv, jignesc, înjură, agață bărbați și au aventuri de-o noapte. Acțiunile lor par să fie asemănătoare, dar motivațiile lor sunt *foarte* diferite.

Există patru motive principale pentru care femeile de ieri sau de azi acceptă relațiile trecătoare și sexul pasager:

1. Din pricini care țin de stima de sine
2. Pentru a evalua potențialul pe termen lung al bărbaților
3. Pentru a obține un beneficiu
4. Pentru a găsi gene mai bune

1. Pricini care țin de stima de sine

Sexul pasager și aventurile amoroase îi îngăduie unei femei să-și evalueze „cota de piață“ și astfel să afle cât de dorită este ca parteneră. În timpuri străvechi, era foarte important pentru ea să știe o astfel de informație pentru că altfel ar fi existat riscul să se subaprecieze, alegându-se astfel cu un partener care i-ar fi

oferit mai puține resurse decât ar fi putut ea obține altminteri. Dacă ea s-ar fi supraestimat – să zicem că și-ar fi acordat nota nouă din zece, deși ea era de șapte – ar fi putut să atragă inițial un bărbat de nota nouă, dar când, în cele din urmă, acesta și-ar fi dat seama că ea e numai o femeie de nota șapte (bărbații nu se prind foarte repede de asemenea lucruri), ar începe să caute o femeie de nota nouă. Femeile înșelate de parteneri adeseori caută sexul pasager pentru a-și spori respectul de sine și a-și recâștiga „ratingul cuplării“. (Vom analiza acest lucru amănunțit în capitolul 7.) Cu alte cuvinte, aceste femei nu fac altceva decât să caute o a doua opinie. Uneori o fac numai pentru a fi chit.

2. Evaluarea potențialului pe termen lung al bărbaților

Aventurile sexuale îi permit, de asemenea, unei femei să evalueze potențialul unui bărbat de a fi un bun partener pe termen lung sau soț. Femeile din ziua de azi care practică sexul pasager nu mai au parte de aceeași respingere socială ca femeile din trecut. O întâlnire trecătoare îi dă prilejul unei femei să testeze atractivitatea unui bărbat, compatibilitatea, resursele, generozitatea și potențialul acestuia de a-și lua angajamente. Cu alte cuvinte, ea îi pune un termometru în gură și-i verifică temperatura. Spre deosebire de bărbați, înainte de a începe o aventură femeile sunt preocupate de relațiile existente ale unui bărbat, de promiscuitatea acestuia, fapt care arată că ele îi testează, de asemenea, și potențialul pe termen lung de soț. Bărbații văd în promiscuitatea unei femei și în alte relații pe care aceasta le-ar putea avea ceva mai degrabă pozitiv, deoarece înseamnă că femeia este mai accesibilă, mai ușor de atins și că, dacă este căsătorită nu-i va cere să-și ia vreun angajament. De aceea, atunci când mai multe femei o numesc pe o alta ușuratică, aceasta din urmă crește în ochii bărbaților aflați în căutare de sex pasager.

3. Obținerea unui beneficiu

O privire aruncată asupra societăților mai degrabă primitive de vânători-culegători care încă există în zona Amazonului, în Borneo sau Africa aruncă o oarecare lumină asupra acestui aspect. Femeile de acolo oferă sex pasager în schimbul unor daruri – hrană, bijuterii, podoabe, scoici, tutun – cu alte cuvinte, resurse imediate. David Buss a descoperit că femeile doreau numeroase daruri, bani, un stil de viață extravagant și generozitate la începutul unei aventuri amoroase, dar că apreciază mult mai puțin aceste atribute dacă este vorba despre soț. Vor ca un potențial soț să arate, în primul rând, bunătate, grijă, empatie și înțelegere.

Nu contează cât de multe animale au fost ucise pentru o haină de blană, ci cu câte animale a fost nevoită o femeie să se culce pentru a obține acea haină de blană.

Angela LaGreca

În societățile de pe timpuri, precum și în culturile moderne tribale, oferirea de favoruri sexuale de către o femeie fără bărbat îi putea garanta acesteia protecție în fața agresiunilor altor masculi. În societățile tribale în care mâncarea este împărțită între toți membrii comunității, este de două ori mai probabil ca femeile să caute aventuri pasagere, deoarece grupul în ansamblu oferă cele mai multe resurse. În societăți civilizate precum Suedia, unde autoritățile guvernamentale oferă resurse prin intermediul unor programe de asistență socială, tot mai multe cupluri trăiesc în afara căsătoriei și este tot mai posibil ca ambii parteneri să se angajeze în relații trecătoare decât în alte țări vestice sau europene, acolo unde beneficiile obținute prin programe de asistență socială sunt în mod semnificativ mai scăzute.

4. Găsirea unor gene mai bune

Un posibil al patrulea motiv pentru ca o femeie să aleagă sexul pasager este acela de a obține gene mai bune pentru copiii ei. Are noimă ca o femeie să dorească un bărbat generos cu propriile resurse, dar care îi poate oferi, de asemenea, cele mai bune gene cu putință pentru urmași. Cu cât sunt mai bune genele unui copil, cu atât este mai probabil ca acela să aibă o viață mai bogată, mai sănătoasă, să atragă parteneri mai mulți și mai de valoare și să fie mai fericit. Soția dorea un bărbat care să-i ofere îngrijire zi de zi, protecție și resurse, dar tânjea totodată după genele superioare ale unui alt bărbat. Dorința ei de a căpăta gene mai bune prinde contur în perioada cuprinsă între a 13-a și a 15-a zi a ciclului menstrual, atunci când se află la ovulație, iar corpul femeii cere gene care vor asigura o mai bună șansă de supraviețuire pentru urmași. Înseamnă că ea și l-ar dori acasă pe Hugh Grant în majoritatea timpului, dar corpul ei ar vrea genele lui Hugh Jackman o dată pe lună.

Cum ne simțim după o aventură amoroasă

Pentru cei mai mulți dintre bărbați o partidă de sex pasager sau o aventură de-o noapte poate trece în uitare repede și foarte ușor. Bărbații sunt înclinați să

procreeze, colcăie în ei testosteronul, iar mințile lor pot separa dragostea de sex. Pentru majoritatea bărbaților, sexul pasager este sex și atât, iar acesta este un concept greu de înțeles pentru creierul feminin.

Toate studiile și cercetările cu privire la sexul pasager indică faptul că mai toți bărbații raportează un nivel foarte ridicat de satisfacție și au tendința să experimenteze vagi remușcări. Impresiile femeilor din „dimineața de după” sunt foarte diferite. Cele mai multe femei raportează o lipsă de satisfacție, remușcări și un respect de sine mai scăzut. În 2008, într-un studiu coordonat de prof. Anne Campbell de la Universitatea Durham, li s-a cerut unui număr de 1 743 bărbați și femei care au avut parte de aventuri de o noapte să-și descrie sentimentele pozitive sau negative din dimineața următoare. Deloc surprinzător, 80% dintre bărbați aveau per ansamblu sentimente pozitive, față de numai 54% dintre femei.



Bărbații, de asemenea, au semnalat o mai mare satisfacție sexuală, precum și o creștere a sentimentelor de mulțumire și stimă de sine. Mai degrabă un bărbat decât o femeie își dorea să povestească prietenilor experiența respectivă.

Remușcărilor sunt mai intense în cazul femeilor de peste 40 de ani și asta se întâmplă în mare parte, deoarece li s-a inoculat în minte de către părinți cu valori postvictoriene sau de religie ideea că sexul este murdar, dezgustător sau rușinos. Studiile au arătat că femeile mai tinere în general nu sunt încercate de asemenea sentimente de vină într-o măsură la fel de mare ca femeile mai în vârstă, dar chiar și ele semnaleză un nivel scăzut de satisfacție și un oarecare grad de ură față de propria persoană după o aventură.

Cum influențează tații atitudinile copiilor lor

În 1991, cercetătorii Patricia Draper și Jay Belsky au sesizat faptul că prezența sau absența tatălui într-un cămin în care este crescut un băiat influențează puternic strategiile sexuale ale acelui copil, atunci când va ajunge matur. S-a observat că fiii care au crescut alături de tată ajung la rândul lor să fie tați buni, în vreme ce mai toți cei crescuți fără tată ajung niște neisprăviți. De asemenea, în cazul familiilor lipsite de tată s-a observat o creștere spectaculoasă a promiscuității fetelor, precum și o instalare prematură a ciclului menstrual. Concluzia ar fi că aceste fete au ajuns să creadă că bărbații nu sunt de încredere ca aducători de resurse, și odată ajunse adolescente și adulte caută resurse printr-un număr sporit de aventuri și întâlniri sexuale pasagere.

Câți parteneri doriți?

Numărul de parteneri pe care este probabil să-i aibă cineva este determinat, în primul rând, de mediul de viață și de restricțiile impuse persoanei în cauză. Unele societăți încurajează sexul pasager ca formă de realizare a unor legături și de răsplată pentru vizitatori, așa cum s-au putut din fericire convinge pe pielea lor Fletcher Christian și echipajul său revoltat de pe *Bounty*, atunci când au acostat, în 1789, în insulele Tahiti. În alte societăți, precum țările din Orientul Mijlociu, femeile au obiceiul să își acopere trupul din cap până-n picioare pentru a nu stârni posibile abordări nedorite. În locuri precum India, femeile care se implică în aventuri sexuale pot fi considerate o pată pe blazonul familiei lor și pot ajunge în mâinile unor alți membri ai familiei suferind ceea ce se cheamă „crime pentru onoare”. În majoritatea țărilor europene și occidentale, totuși, femeile sunt libere să-și decidă singure atitudinile legate de sex și de numărul partenerilor pe care îi vor avea de-a lungul vieții.

*Cred că sexul este un lucru frumos între doi oameni.
Între cinci este fantastic.*

Woody Allen

Roy Baumeister, autorul volumului *Social Psychology and Human Sexuality*, a coordonat o anchetă având drept subiecți bărbați și femei din SUA, necăsătoriți, cu vârste cuprinse între 18 și 30 de ani, aceștia fiind întrebați cât de mulți parteneri ar considera ideal să aibă de-a lungul vieții. Pentru anul următor bărbații apreciau că și-ar dori șase parteneri, în vreme ce pentru femei era de ajuns unul singur. Pentru următorii trei ani bărbații doreau zece, în timp ce femeile doreau doi. Pentru întreaga viață 18 parteneri erau suficiente pentru un bărbat, iar pentru o femeie erau de ajuns patru.

Fanteziile sexuale și sexul pasager

Cele mai multe studii arată că bărbații au fantezii cel puțin de două ori mai des decât femeile în timpul sexului, dar conținutul acestor fantezii scoate la iveală o diferență importantă între bărbați și femei. Cercetătorii Ellis și Symons au descoperit că 88% dintre bărbați schimbă în minte partenerii sau visează la mai multe parteneri în timpul unei fantezii, față de numai 57% dintre femei care schimbă partenerii în gând. De asemenea, au descoperit că 81% dintre bărbați se concentrează asupra unor imagini vizuale și nu asupra sentimentelor, față de numai 43% dintre femei care simt asemănător. Fanteziile bărbaților din timpul sexului implică părțile anatomice ale trupului unor femei, netezimea pielii, sex cu străini și sex cu multiple parteneri. Doi factori principali guvernează fanteziile sexuale masculine – primul e că femeile închipuite sunt aprinse, dornice și gata de sex, iar al doilea că scenariile sunt golite de emoție, angajament sau preludii nesfârșite. Aceasta este rețeta perfectă pentru versiunea masculină a sexului pasager.

Sexul fără dragoste este o experiență fără sens, dar cum experiențele fără sens trec, e al dracului de bun.

Woody Allen

Fanteziile femeilor din timpul sexului implică o concentrare sporită asupra emoțiilor și a personalității partenerului imaginat (57%), iar subiectul fanteziilor este de obicei cineva cunoscut, de care au auzit sau cu care există o relație. Rareori femeile visează la partide întâmplătoare de sex cu necunoscuți, deși, totuși, o fantezie relativ comună este sexul în grup cu mai mulți bărbați care aduc binișor cu James Bond. Dar această fantezie are legătură cu lucruri ce țin de exercitarea puterii – femeia îi controlează pe bărbați cu feminitatea ei. După cum am afirmat, pentru majoritatea bărbaților sexul e sex și dragostea e dragoste și uneori se întâmplă să se potrivească.

Fanteziile ce se petrec în vis sunt poate singurul loc în care bărbații și femeile se află aproximativ pe picior de egalitate din punct de vedere sexual. Dr. Antonio Zadra de la Laboratorul pentru Vise și Coșmaruri din Montreal a studiat mai bine de 3 500 de relatări privind visele unor bărbați și femei și a descoperit că visele cu conținut sexual reprezentau 8% din total în cazul ambelor sexe. Actele sexuale reprezentau tipul cel mai frecvent de vis cu conotație sexuală, urmat de avansuri sexuale, sărutări și alte fantezii, iar atât bărbații, cât și femeile semnalau în 4% din cazuri experimentarea unui orgasm în timpul viselor. Actualii sau foștii parteneri apăreau în 20% dintre visele sexuale ale femeilor, iar figuri publice sau vedete de cinema – adică bărbați cu multe resurse – apăreau de două ori mai frecvent ca punct de atracție în visele femeilor. Femei celebre apăreau în numai 14% dintre visele bărbaților, în vreme ce mai multe parteneri sexuale apar de două ori mai frecvent.

Pentru majoritatea femeilor, cu toate acestea, sexul și dragostea merg mână-n mână, chiar și în fantezii.

Femeile tânjesc după doctori așa cum bărbații tânjesc după fotomodele. Femeile vor pe cineva care să aibă știința trupului; bărbații vor doar trupul.

Seinfeld

Cum văd lucrurile femeile și bărbații homosexuali

Donald Symons a coordonat o cercetare care a vizat femei și bărbați homosexuali, scoțând la iveală anumite perspective interesante cu privire la preferințele persoanelor heterosexuale. A descoperit că sexualitatea unui bărbat

singur și homosexual nu era constrânsă de regulile impuse bărbaților heterosexuali de femeile heterosexuale, reguli cu privire la angajament, implicare, poveste de dragoste. Cu alte cuvinte, pentru că bărbații homosexuali singuri nu au astfel de constrângeri se pot implica din plin, repede și cât de des doresc, cu oricât de mulți parteneri ar dori. Bărbații heterosexuali și-ar dori din suflet să aibă această posibilitate, dar femeile normale nu prea le-o înșgăduie. Pentru bărbații homosexuali care se află într-o relație serioasă sau sunt căsătoriți, totuși, acționează aceleași reguli de fidelitate ca și în cazul cuplurilor normale.

Symons a descoperit și că femeile lesbiene se comportă într-o relație întocmai precum cele normale și le impun partenerelor aceleași reguli cu privire la angajament și fidelitate. În cercetarea lui de referință asupra comportamentelor sexuale, Alfred Kinsey a aflat că 94% dintre bărbații homosexuali au avut peste 15 parteneri și aproape jumătate dintre ei au avut peste 500 de parteneri sexuali de-a lungul vieții – majoritatea străini întâlniți prin baruri, toalete, cluburi gay sau la saună – pe când numai 15% dintre lesbiene au avut atât de multe partenere. Preferă relații intime, de durată, angajate, la fel ca femeile heterosexuale. Nu spunem că bărbații homosexuali nu pot avea relații serioase – mulți au; doar că asupra lor nu planează constrângerile care îi îngrădesc pe bărbații normali.

Rezumat

Principalul motiv pentru care bărbații au aventuri trecătoare este varietatea sexuală și o vor face atât timp cât riscurile de orice fel sunt scăzute. Bărbații sunt oportuniști și doar rareori își planifică escapadele amoroase. Toate studiile indică faptul că, în majoritatea culturilor, este de două ori mai probabil ca un bărbat să facă sex pasager sau să fie implicat într-o aventură decât o femeie. Principalele motive pentru care femeile optează pentru sexul pasager sunt lipsa dragostei care le provoacă probleme de stimă de sine, dorința de a testa potențialul unui bărbat sau aceea de a obține un anumit lucru.

Atunci când motivațiile sexuale sunt examinate la rece, într-o manieră detașată, vom vedea că adeseori acestea sunt în contradicție cu imaginea edulcorată, călduroasă ce reiese din cărțile de dragoste, din paginile revistelor pentru femei sau de la televizor. Femeile de pretutindeni sunt confuze și nedumerite de ușurința cu care bărbații ar face sex cu femei pe care abia dacă le cunosc sau

care nici măcar nu le sunt pe plac. Bărbații ar trebui să fie conștienți că femeile sunt dispuse să ofere sex pentru diferite beneficii și sunt în permanentă căutare de oferte mai bune, mai cu seamă dacă un bărbat îngăduie cu bună știință ca „ratingul lui de împerechere“ să scadă.

Sexul pasager este legat de partea primitivă a creierului și este controlat de hormoni. Dacă trece de la dorința pură la dragostea pasională, atunci poate fi clasificat drept o aventură și despre asta vom discuta în capitolul următor.

- Bărbații și femeile văd cu totul diferit ideea sexului pasager.
- Bărbații sunt împinși spre procreere, așa că pentru ei sexul poate fi sex și atât. De aceea, bărbații au mult mai multe aventuri de-o noapte decât femeile.
- În general, însă, femeile nu pot face diferența între dragoste și sex.

CAPITOLUL 6

La mine sau la tine? Aventurile și infidelitatea



Colin și Jill s-au căsătorit cu cinci ani în urmă. După luna de miere își descriau viața sexuală ca fiind „absolut incredibilă” și erau mereu „ca iepurii”. Când Jill era însărcinată în șase luni cu primul ei copil, lucrurile au început să meargă prost pentru ei. Se gândea că pare grasă, neatrăgătoare și ștearsă, așa că a început să evite sexul, spunându-i lui Colin că nu se simțea bine, că o încerca o migrenă sau că „poate mâine”. Dorea să vorbească cu el despre sentimentele și emoțiile ei, dar Colin credea că are nevoie să rămână singură o vreme – creierul lui masculin nu era pregătit să înțeleagă cât de important era să discute cu ea și s-o înțeleagă. Asta a făcut-o să simtă că el nu ținea la ea și că vedea în ea numai un obiect sexual. Prin urmare, Colin s-a simțit respins. Frustrarea lui datorată lipsei sexului a început să se transforme în indignare – nu se mai simțea masculin. El îi percepea izbucnirile emoționale ca atacuri personale îndreptate împotriva lui, iar ea vedea în ura lui față de ea o dovadă a faptului că, într-adevăr, ajunsese grasă și neatrăgătoare.

După ce s-a născut copilul, lucrurile au mers din rău în mai rău. Jill era mai mereu ocupată cu bebelușul, iar Colin a început să simtă că ea îl pedepsea și-l obliga să treacă pe locul doi, cedând copilului poziția fruntașă în ochii ei. După un timp, Colin s-a supărat atât de tare încât a crezut că l-a întrecut până și câinele, el ajungând astfel abia al treilea. Colin a început o aventură cu o colegă de la birou, Alison, iar Jill l-a părăsit. Jill locuiește acum singură cu fiul ei. Colin se străduiește să facă față financiar pentru a-i întreține pe Jill și pe copilul lui, precum și pentru a-și vedea de noua lui viață.

Gândul că partenerul ar putea avea o aventură amoroasă este unul dintre cele mai serioase motive de îngrijorare pentru cei implicați în relații de lungă durată, și totuși, puțini dintre aceștia înțeleg de ce asemenea aventuri încep. Despărțirea dintre Colin și Jill scoate în evidență un cerc vicios în care intră numeroase cupluri. Colin nu a înțeles că o femeie are nevoie să fie într-o anumită dispoziție pentru a face sex. Ea își dorește un bărbat cu care să vorbească despre sentimentele și emoțiile ei, să o asculte plin de compasiune și să o atingă cu tandrețe – toate acestea fiind acțiuni care nu fac parte din înclinațiile de bază ale unui bărbat. Pentru Jill, problemele s-au accentuat din pricina schimbărilor hormonale, iar imaginea ei despre sine a avut mult de suferit pentru că se credea grasă și neatrăgătoare. Jill nu a înțeles că bărbații se pot exprima emoțional prin sex, și nici că pentru ei sexul și dragostea sunt lucruri diferite. Pentru bărbați, dragostea e dragoste și sexul e sex și uneori cele două vin la pachet. Drept urmare, ea l-a acuzat pe Colin că este insensibil și nepăsător. El a acuzat-o de frigiditate și că îl manipulează sexual. În curând a devenit ceva la ordinea zilei: el se aștepta ca avansurile lui să-i fie refuzate și ea se aștepta ca el să fie distant și nepăsător. Realitatea era că el se simțea izolat și respins, iar ea se simțea nesigură și neatrăgătoare. A dezvoltat o adevărată frică de a face sex și a început să-l evite pe Colin. El a dezvoltat o teamă de a fi respins așa că a încetat să-i mai ceară să facă sex. Niciunul dintre ei nu a înțeles punctul de vedere al celuilalt și astfel o relație perfect viabilă s-a sfârșit.

Ce este o aventură?

În acest capitol vom folosi cuvântul „mariaj“ pentru a descrie orice relație prin care doi oameni consimt să fie fideli unul altuia. Tehnic vorbind, ei au trecut de la dorință la dragoste și la etapele atașamentului de lungă durată, atunci când chimia creierului se schimbă.

Sexul pasager ține de dorință. După cum am discutat în capitolul 1, două părți ale creierului devin active atunci când dorința se manifestă – hipotalamusul (impulsurile primordiale) și amigdala (excitarea). Atunci când apare dorința, se secretă cantități mari de dopamină, fapt care atrage după sine producerea de testosteron, creându-se astfel stimularea sexuală. Atunci când flirtul pasager (care ține de dorință) trece mai departe spre dragoste pasională, este „semnalizat intern“ începutul unei „aventuri“. La femei, creierul activează

nucleul caudat, ceea ce face ca nivelul de testosteron să crească, sporind odată cu el și apetitul sexual.

Diferite zone ale creierului devin active la bărbați, printre acestea și cortexul vizual, iar nivelul de oxitocină crește astfel încât bărbatul ajunge să fie mai blând și mai romantic. Aceste reacții chimice temporare dau cuplului iluzia unei potriviri perfecte. Principala diferență dintre bărbați și femei este că de obicei bărbații rămân în etapa dorinței mai mult timp decât femeile, ceea ce înseamnă că în timp ce el încă urmărește sexul, ea deja a făcut pasul către stadiul următor.

Când bărbaților li se cere să definească o aventură, de regulă au tendința să vorbească despre relații sexuale, cu sau fără suport afectiv, ca în cazul sexului pasager. Bărbații văd într-o aventură implicarea *fizică*, nu neapărat și o legătură emoțională.

Femeile, totuși, văd într-o aventură un eveniment emoțional, fie că este sau nu implicat sexul, și de aceea i se mai spune uneori „aventură emoțională“. Sunt incluse aici convorbiri la telefon, schimbul de emailuri private sau de sms-uri personale, precum și luarea mesei în oraș, ieșitul la o cafea și așa mai departe. O aventură emoțională este o relație dintre doi oameni care nu sunt soți sau iubiți care are un anumit impact asupra nivelului de intimitate, produce distanță emoțională și în ansamblu destabilizează mariajul. Partenerul care nu este fidel poate ajunge să petreacă mult prea mult timp cu altcineva de sex opus (sau de același sex). Aceasta înseamnă că partenerul loial este privat de timp, energie emoțională și grijă. El sau ea pot ajunge să facă mai mari confidențe noului sau noii „prieten(e)“ decât partenerului și-i poate împărtăși mai multe sentimente profunde și secrete. Acest soi de relație poate să nu fie una neapărat fizică la început, dar cu timpul cu siguranță ajunge să fie și fizică. Pentru majoritatea femeilor, rămâne, totuși, o aventură. Sexul nu face altceva decât să accentueze durerea pentru că demonstrează profunzimea aventurii emoționale.

Cei mai mulți dintre bărbați cred că, în afară de faptul că fac sex cu o altă femeie, nu greșesc cu nimic.

Inima voastră înșelătoare

Dintr-un studiu efectuat în 2006, desfășurat în 150 de culturi, a reieșit că infidelitatea este cea mai des pomenită cauză în cazul divorțurilor. Nimeni nu știe cu adevărat cât de mulți oameni înșală, deoarece dacă își minte partenerul cu nonșalanță, de ce ar răspunde cineva cinstit la un chestionar? De exemplu, în 2007, cercetători de la Universitatea din Colorado împreună cu alți colegi de la Universitatea A&M din Texas au chestionat 4 884 de femei căsătorite, folosind atât metoda interviurilor față în față, cât și pe cea a completării de chestionare anonime pe calculator. În interviurile față în față, numai 1% dintre femei au recunoscut că și-au înșelat soții în ultimul an; din chestionarul computerizat a reieșit că peste 6% dintre aceleași femei și-au declarat infidelitatea.

Cele mai serioase date privind infidelitatea vin din Sondajul Social General coordonat de Fundația Națională pentru Știință din cadrul Universității din Chicago, care a înregistrat opiniile și comportamentul social al cetățenilor americani începând cu 1972. Datele au arătat că în fiecare an aproximativ 10% dintre cei căsătoriți – 12% bărbați și 7% femei – afirmă că au avut relații sexuale în afara căsătoriei. În majoritatea țărilor occidentale și europene se estimează că aproximativ 50-60% dintre bărbați și-au înșelat partenera măcar o dată, iar în locuri precum Franța sau Suedia, procentul este de circa 70-80%. Cam 40% dintre aceste aventuri sunt descoperite, restul rămânând necunoscute. Aproximativ 40% dintre femei vor gusta, de asemenea, măcar o dată din plăcerile zbenguiei la orizontală și numai 15% vor fi descoperite. Singurul loc din lume unde femeile îi întrec pe bărbați la aventuri este Franța, unde 87% dintre femei recunosc că i-au pus sau îi pun coarne partenerului, fost sau actual.

Infidelitatea este în creștere pentru toate grupele de vârstă – între 1998 și 2008, în Statele Unite, a crescut cu 20% în cazul bărbaților de peste 60 de ani și cu 15% pentru femei. Așadar, de ce își fac de cap la orizontală mai mult ca niciodată cei trecuți de prima tinerețe? Din două motive: primul este că în acest grup sunt incluși așa-numiții *baby boomers*, care au respins viziunile victoriene cu privire la sex și care refuză să accepte faptul că îmbătrânesc – la 60 de ani închipuindu-se ca la 45 de ani; al doilea motiv este că oamenii mai în vârstă au acum la dispoziție unele lucruri pe care generațiile trecute nu le-au avut – Viagra, terapia de substituție hormonală (TSH) și tot soiul de soluții pentru disfuncțiile erectile. Grupul de persoane cu vârste cuprinse între 40 și

60 de ani este ultimul alcătuit din *baby boomers* și acestea – mai cu seamă femeile – resping constrângerile sexuale din trecut.



Infidelitatea este, de asemenea, în creștere și în cazul persoanelor sub 40 de ani, fapt care se datorează mai ales largii răspândiri a pornografiei pe internet, care schimbă ceea ce acest grup consideră un comportament sexual „normal” – generațiile trecute nu au auzit de cuvinte precum *fisting*, *scat*, *MILF* sau „pe la spate”. În 2002, psihologii Raymond Bergner și Ana Bridges au fost primii care au arătat cum pornografia pe internet influențează în mod negativ relațiile de lungă durată. Au descoperit că distanța emoțională provocată de pornografia de pe internet și de legăturile sexuale online poate fi la fel de dăunătoare unei relații ca infidelitatea sexuală din viața reală.

Sunt atât de deprimat. Doctorul meu a refuzat să-mi mai prescrie Viagra. Mi-a spus că e ca și cum am înfige un steguleț în vârful unei clădiri care oricum urmează să se prăbușească.

George Burns

Dr. David Schmitt de la Universitatea Bradley, Illinois, a adunat date despre obiceiurile sexuale ale bărbaților și femeilor din 48 de țări de pe mapamond și a descoperit că bărbații își „băgau în seamă“ mușchiul dragostei cel mai mult în preajma vârstei de 28-30 de ani. Acesta este momentul când testosteronul bărbaților a ajuns la apogeu și începe să intre pe o pantă descendentă. Femeile este mai posibil să fie puse pe jar după 30 de ani pe măsură ce ceasul lor biologic începe să ticăie odată cu scăderea fertilității. Femeile își ating apogeul sexual între 35 și 40 de ani, atunci când nivelul testosteronului lor crește, iar aceasta este felul naturii de a le presa pe femei să se reproducă înainte ca nisipul să se scurgă din clepsidră.

Analizând rezultatele celor mai multe studii cu privire la infidelitate, veți ajunge la concluzia că aproximativ 50% dintre bărbați și 30% dintre femei își vor face probabil de cap în timp ce partenerul nu e pe fază. Asta înseamnă foarte multă infidelitate. Este important, totuși, să vă amintiți că aceste statistici confirmă faptul că încă majoritatea oamenilor sunt fideli în cea mai mare parte a timpului.

Un bărbat avea șase copii și era atât de mândru de el însuși, încât a început să o numească pe soția lui „mama celor șase“, în ciuda faptului că ei nu-i era pe plac acest nume. Într-o noapte, la un restaurant, el a strigat cu voce răsunătoare: „Ce spui, mergem, mamă a celor șase?“ Enervată de lipsa lui de discreție, femeia urlă drept răspuns: „Oricând ești gata, tată al celor patru.“

De ce se petrec aventurile

Un sondaj din 2008, desfășurat în Marea Britanie, în rândul clienților unor avocați specializați în procese de divorț a evidențiat principalele zece motive pentru care bărbații au călcat pe bec:

1. Dorința

2. Pierderea atracției față de soție/parteneră
3. Probleme sexuale – vor mai mult sex ori o mai mare varietate sexuală sau sunt dependenți de sex
4. Soția este prea preocupată de viața de familie și de nevoile copiilor
5. Seducția agresivă din partea altei femei
6. Lipsa seducției din partea partenerului
7. Adrenalina și incitarea care vin odată cu o urmărire
8. Sâcâiala
9. Eșecul comunicării cu partenerul în privința diferitelor probleme
10. Imaginea de sine a bărbatului – sex appeal, înaintare în vârstă, o ușoară „gonflare“ a ego-ului

Prin contrast, ceea ce caută femeile ține mai degrabă de o experiență care nu are de-a face cu corporalitatea. Vor să fie altcineva decât soția, mama, fiica, angajata cuiva. Își doresc să fie cu cineva care le întreabă și alte lucruri decât: „Du-mi costumul la curățătorie!“, „Mi-ai împachetat mâncarea pentru prânz?“, „Am și eu o cămașă curată pentru întâlnirea de mâine?“ Chiar și femeile care nu sunt casnice, ci au cariere de succes pe cont propriu și sunt respectate la slujbă se consideră subestimate și adeseori neapreciate acasă.

Pentru unele femei, e pur și simplu o cale de a-l face pe bărbat să fie atent, să-l readucă la pasiunea dintr-o etapă precedentă a relației, să-i reamintească faptul că sunt mai mult decât o bună gospodină sau să se răzbune pentru vreo aventură pe care el ar fi avut-o în trecut. Femeile caută, de asemenea, să-și sporească ego-ul – doresc să simtă că este nevoie de ele, că sunt dorite, că un bărbat consideră că merită să-și asume riscuri pentru ele, că ele merită timpul petrecut cu preluțiile și așa mai departe. Pentru femeile care-și înșală partenerii, sexul nu este principala cauză, ci hrana emoțională.

Bărații își suplimentează căsătoriile cu partide de sex extramarital; femeile își sporesc căsniciile cu oarece hrană emoțională, ceea ce include și sexul.

Debbie Then,
Women Who Stay With Men Who Stray

Principalele zece răspunsuri pe care le-au oferit femeile când au fost întrebat de ce au avut o aventură amoroasă sunt:

1. Singurătatea (cea mai obișnuită problemă pentru femeile casnice)
2. Imposibilitatea de a comunica cu partenerul despre problemele proprii
3. Nu mai sunt îndeajuns de dorite
4. Lipsa aprecierilor soțului
5. Un soț prea preocupat de propriile probleme și mereu prins cu treburi
6. Lipsa pasiunii și a excitării în pat
7. Nevoia de a scăpa de rutina zilnică
8. Dorința de a se simți și în viața personală la fel de puternice ca și în cea profesională
9. Plictiseala datorată rutinei
10. S-a ivit o oportunitate la momentul potrivit.

Se poate întâmpla la orice nivel

Cu toții am văzut cum oameni celebri și puternici, care păreau să aibă tot ce și-ar fi putut dori au riscat totul, numai pentru o relație sexuală trecătoare și aparent lipsită de sens. Gândiți-vă la Hugh Grant, un actor adorat care era cuplat cu una dintre cele mai dorite femei de pe fața pământului, Elizabeth Hurley. A riscat totul pentru un sex oral rapid cu o prostituată, într-o mașină parcată pe o străduță lăturalnică. Ca să nu mai vorbim de un faimos jucător de tenis surprins în debaraua unui restaurant cu specific japonez din Londra în timp ce-și făcea de cap cu o chelneriță.

Lumea a rămas cu gura căscată când Bill Clinton, un om puternic care avea întreaga lume la degetul mic, a dorit să-l folosească pe acela împreună cu toate celelalte cu Monica Lewinsky, o femeie banală. De ce un bărbat care părea să aibă totul s-ar comporta atât de prostește încât să riște să-și atragă oprobiul întregului popor american comportându-se atât de necugetat? Prin contrast, de-a lungul istoriei, majoritatea femeilor implicate în escapade amoroase au fost văzute drept suflete singuratice în căutarea a ceva ce păreau să nu găsească în relațiile pe care le aveau – Marilyn Monroe, Janis Joplin și Anna-Nicole Smith, pentru a numi numai câteva dintre ele. Acțiunile acestor oameni par să

fie complet lipsite de noimă până când aruncăm o privire asupra listei de motive pentru a avea o aventură prezentată în paginile anterioare.

Femeia obișnuită care ajunge să-și facă de cap este portretizată foarte bine de Meryl Streep în filmul *Podurile din Madison County*. Era singură și plictisită, izolată de rutina anostă a vieții de zi cu zi și un aparent spirit liber, precum personajul interpretat de Clint Eastwood i-a oferit prilejul incitant de a încerca altceva. A intrat în joc și i-a ieșit. Dar când Clinton a declarat că „Nu am avut relații sexuale cu femeia respectivă!“, arătând cu degetul înspre camera de filmat, știați că s-a dus deja pe copcă. Întreaga lume îl bănuia deja că ar fi vinovat, chiar și în condițiile în care soția lui afișa o fericită ignoranță.

Clinton a mințit. Un bărbat poate să nu țină minte unde locuiește sau unde și-a parcat mașina, dar nu uită niciodată un sex oral, indiferent cât de prost a fost.

Barbara Bush

(fostă primă doamnă a Americii)

De ce femeile calcă pe bec mai rar decât bărbații

Gluma cu bărbații care trebuie să se descheie la prohab ca să poată gândi nu e atât de departe de realitate. Cele mai multe dintre femei au abilitatea de a-și planifica felul de a scăpa cu bine după o aventură – dar foarte rar e și cazul bărbaților. Principala problemă a bărbaților este inabilitatea de a-și controla rațional mintea în situații dominate de sex. Majoritatea bărbaților de obicei nu-și plănuiesc escapadele amoroase, pur și simplu se-ntâmplă. Este mult mai probabil ca femeile să aibă aventuri pe care le-au pus la punct în cele mai mici detalii cu mult înainte ca ele să devină realitate. În ansamblu, numărul femeilor care înșală este mai mic decât cel al bărbaților, deși tot mai multe dovezi ies la suprafață care atestă faptul că femeile mai tinere își fac de cap mai frecvent decât cele mai în vârstă. Michelle Langley, autoarea volumului *Women's Infidelity*, a coordonat cercetări vreme de peste zece ani, din care a reieșit că femeile înșală la fel de mult ca bărbații, mai cu seamă femeile mai tinere. Dar, prin natura lor, femeile sunt mai grijulii și mai iubitoare decât bărbații, având un nivel mai scăzut de testosteron (hormonul responsabil de apetitul sexual) și mai ridicat de oxitocină (hormonul „dezmiardării“) și astfel sunt mai puțin

încălnate spre sex. În plus, majoritatea femeilor trec prin viață convinse fiind că ar trebui să fie cea mai importantă persoană din viața partenerului lor pentru că o femeie îl plasează pe primul loc pe bărbatul ei în viața sa.

Numeroase femei își vor sacrifica nevoile personale pentru a-și sprijini bărbații, a le crește copiii, a conduce gospodăria și a le fi fidele, cu orice preț. Pentru cele mai multe, acesta este și cazul sexului și ideea de a fi atinse sau de a face sex cu altcineva este de neconceput. Cele mai naive se așteaptă ca și soții lor să simtă la fel. Niște cursuri pregătitoare despre diferențele dintre bărbați și femei le-ar deschide ochii noilor mirese, salvând astfel numeroase noi căsnicii de la divorț, realitate spre care, potrivit statisticilor, se îndreaptă peste 50% din cuplurile din ziua de azi. Problema este că bărbații sunt mânați de la spate și puși pe jar de impulsurile lor sexuale, din momentul primei manifestări a hormonilor din pubertate și până la sfârșitul vieții; totuși, pe măsură ce un bărbat îmbătrânește, mintea lui începe să încheie înțelegeri pe care corpul nu i le poate îndeplini. Nevoia stringentă de sex se poate diminua cu timpul, dar în cea mai mare parte a vieții creierul bărbatului rareori se poate ține deoparte de acest subiect.

Căsătoria are și partea ei bună. Vă învață ce-nseamnă loialitatea, răbdarea, toleranța, înfrânarea personală, toate acestea fiind valoroase calități de care nu ați avea nevoie dacă ați rămâne singuri.

Șase mituri comune despre înșelarea partenerului

Mitul nr. 1: mai ales bărbații înșală

Bărbații născuți înainte de 1962 (care se numără printre cei numiți *baby boomers*) înșală aproximativ de două ori mai mult decât femeile din generația lor, dar noi cercetări au arătat că femeile în preajma vârstei de 20 sau de 30 de ani au cam tot la fel de multe aventuri ca și bărbații de vârsta lor. Tot mai multe femei din acest grup lucrează și au tot mai multă independență financiară, fiind astfel mai dispuse să își asume riscuri în relațiile lor. Aproximativ 50% dintre aventurile amoroase implică o persoană de la locul de muncă.

Mitul nr. 2: există un portret-robot al celui care înșală

În circumstanțele potrivite, absolut oricine este susceptibil de a înșela. Este cât se poate de firesc ca o persoană să aibă o aventură, deși inițial nici nu s-a gândit vreodată la infidelități. Se prea poate ca aventurile amoroase nici să nu fie în acord cu valorile morale ale cuiva, dar dacă momentul și circumstanțele sunt propice și se ivește ocazia, tentația să apară. Poate că un coleg de muncă vă face avansuri la o întâlnire de afaceri și momentul respectiv pică exact după o ceartă cu partenerul. Sau poate că o femeie este stresată până peste cap și fermecătorul grădinar îi face un compliment. Și totuși, mulți cred că există un anumit tipar pentru persoanele lipsite de loialitate și astfel dezvoltă un fals sentiment de securitate. Cu toate că există și înșelători de meserie, aventurile se pot întâmpla oricui. Pentru bărbați, o escapadă de obicei se ivește din senin, dar pentru femei este de regulă planificată. Nu vă păcăliți la gândul că voi nu veți avea niciodată o aventură amoroasă. În schimb, gândiți-vă la situațiile care v-ar putea ispiti și încercați pe cât se poate să le evitați.

Mitul nr. 3: monotonia pe termen lung conduce la aventuri

Tot mai mulți oameni se implică mai mult în aventuri în primii doi ani de căsnicie decât oricând altcândva. Acesta este momentul în care femeile se întreabă dacă au făcut o alegere corectă și dacă nu cumva ar trebui să o șteargă cu altcineva. Este nevoie să trăiești cel puțin doi ani cu cineva pentru a ajunge să-l cunoști cum se cuvine. Dacă un bărbat era înșelător profesionist înainte de căsătorie, e foarte probabil să-și continue obiceiurile în prima parte a noii vieți de om însurat. Astfel de bărbați sunt de obicei conduși de un nivel ridicat al testosteronului, combinat cu anumite experiențe din copilărie, ceea ce afectează felul în care sunt percepute relațiile în perioada adultă.

Mitul nr. 4: bărbatul calcă strâmb atunci când nu este fericit acasă

În 2007, celebra cercetătoare a infidelității Shirley Glass, autoarea volumului *NOT 'Just Friends'*, a descoperit că oamenii care nu intenționau niciodată să fie infideli au dezvoltat legături profunde și pasionale înainte de a-și da măcar seama că au trecut linia ce desparte o relație platonice de una de dragoste pasională. Pentru aventurierii bărbați, oportunitatea pur și simplu s-a ivit și în corpul lor nivelul substanțelor care favorizează escapadele amoroase a ajuns la cote mari. Shirley Glass a aflat că femeile care înșală pierduseră legătura emoțională cu partenerii cu aproximativ un an înainte de începutul unei aventuri. Femeile, de asemenea, declară că aventura respectivă li se înfiripase în minte în tot acest timp.

Concluzia este următoarea: cu cât se mărește distanța emoțională dintre voi și partenerii voștri, cu atât cresc șansele de a începe o aventură. Discuțiile deschise despre relații sunt cea mai bună cale de a ocoli escapadele amoroase.

Mitul nr. 5: a doua oară va fi mai bine

Cei care se hotărăsc să se cupleze cu cei cu care au aventuri adeseori iau o anumită decizie – aceea că „de data asta va fi bine“. Reacțiile chimice care se petrec la nivelul creierului îi păcălesc pe mulți infideli, făcându-i să creadă că vor trăi de-a pururea pe tărâmul unde ești „fericit până la adânci bătrâneți“. Statisticile arată că așa stau lucrurile numai în cazul a 25% dintre cei care se căsătoresc cu iubitul/iubita – 75% divorțează în cele din urmă –, dar majoritatea celor care se recăsătoresc cred că se vor număra printre cei 25%. Oamenii care au aventuri amoroase trăiesc într-o lume fantastică, parcă făurită de droguri, departe de îndatoririle casnice precum achitarea facturilor sau curățarea toaletei. O mașină nouă are o mireasmă ademenitoare pentru potențialii cumpărători, dar după un an tot are nevoie să fie spălată în fiecare săptămână, necesită revizii periodice, și în general, pare o mașină ca oricare alta.

Mitul nr. 6: de obicei simți când partenerul își face de cap

Cei mai mulți oameni nu vor observa escapadele partenerului o vreme, deoarece trăiesc într-o relație bazată pe încrederea că partenerul le va rămâne fidel, așa că nu caută indicii care să-l dea în vileag. Atunci când semnalele infidelității chiar devin evidente, unii preferă să nu accepte adevărul în loc să facă față realității dureroase de a descoperi o aventură. Femeile se pricep mai bine la descoperirea unor astfel de indicii și de aceea ele sunt cele care pun punct relațiilor în 80% dintre situații. În volumul *The Definitive Book of Body Language* am arătat de ce bărbații percep mai puțin decât femeile și asta se întâmplă, deoarece creierul masculin nu are capacitatea de a face conexiuni între vorbe și fapte contradictorii. De aceea, atât de mulți bărbați sunt șocați când descoperă că partenera i-a înșelat.

Cele nouă tipuri diferite de aventuri

Atunci când relația voastră scârțâie și nu știți cum să remediați problemele, sunteți candidați pentru o aventură care v-ar putea oferi o salvare temporară de griji. Mai jos veți regăsi cele nouă tipuri de aventuri în care se implică oamenii.

1. Aventura de tipul „am încă valoare pe piață“

Puteți simți că partenerului i-a scăzut interesul față de voi sau că nu mai petreceți la fel de mult timp împreună, sau poate că v-ați căsătorit la o vârstă fragedă și simțiți că vă lipsește experiența. În ambele cazuri vă veți întreba ce valoare mai aveți pe piața potențialilor parteneri. Simțiți că o parte din voi este incompletă și vă nemulțumește faptul că partenerul vă ignoră nevoile. Nu mai știți dacă prezentați interes pentru sexul opus și aveți senzația că vă lipsește ceva. Pur și simplu doriți această aventură pentru a vă lămuri îndoielile personale sau pentru a mai ieși un puțin din sistem. Dacă sunteți implicați într-o asemenea aventură, după ce vă veți fi dumirit în privința valorii personale, pe piață, probabil că veți depăși momentul. Dacă puteți trece peste remușcări, de obicei lucrurile se vor îmbunătăți în căminul vostru.

2. Aventura „vârstei mijlocii“

Odată ajunși la vârsta mijlocie începeți să vă întrebați care e scopul vieții, ce lucruri ați pierdut și dacă nu cumva v-ați irosit viața. Prietenii de vârsta voastră sau chiar mai tineri se îmbolnăvesc, uneori chiar mor, iar voi începeți să vă pierdeți înfățișarea de altădată pe măsură ce gravitația preia controlul. Apetitul sexual este pe ducă. Sfârșitul vieții se întrezărește la orizont și simțiți nevoia presantă de a face un lucru memorabil sau important. Panica se instalează și vă doriți să faceți un lucru „nebunesc“ numai pentru a da un rost existenței voastre. Nu de o aventură aveți neapărat nevoie – vă trebuie consiliere psihologică în privința îmbătrânirii și aveți nevoie să vă fixați ținte noi și incitante în viață.

3. Aventura pentru comparație

Aceasta este un tip de aventură care apare frecvent în primii ani de căsnicie sau într-o proaspătă relație permanentă. Persoana predispusă către o astfel de aventură are dubii săcâitoare, întrebându-se dacă a făcut sau nu alegerea potrivită. Ar fi oare mai fericiți cu altcineva, sau nu cumva problemele de moment ar dispărea dacă ar fi cu o altă persoană? Dacă sunteți implicați într-o astfel de aventură, aveți nevoie să identificați asupra cărui aspect anume din relația voastră doriți să aruncați mai multă lumină sau să luați măsuri și să acționați pentru a-l remedia. Nu aveți neapărat nevoie de o aventură pentru asta. Dacă ați găsit ceea ce căutați, renunțați la aventură și vedeți-vă mai departe de viața adevărată.

4. Aventura de tipul „bombă cu ceas“

Această aventură începe, deoarece nu vreți să vă înfrunțați direct partenerul și să-i spuneți că v-ați săturat. Nici măcar nu sunteți siguri că știți de ce aveți nevoie sau ce vă lipsește în căsnicie și credeți că dacă o aruncați complet în aer aveți șanse să puneți totul cap la cap într-o formă mai bună. Lăsați peste tot indicii care să vă dea de gol aventura și astfel sunteți scutiți de nevoia de a vă lua inima-n dinți pentru a-i spune direct ce vă apasă. Nici de această aventură nu aveți nevoie – ar trebui în schimb să vă înfrunțați partenerul și să dați cărțile pe față. O astfel de abordare este mai puțin dureroasă și mai puțin costisitoare decât o aventură. O aventură de tip „bombă cu ceas“ este văzută drept o soluție facilă, dar lucrurile nu stau deloc așa.

5. Aventura de tipul „suntem chit“

Partenerul v-a înșelat așa că vă implicați într-o aventură din răzbunare, fie pentru a-i plăti cu aceeași monedă, fie pentru a-l face să simtă pe pielea lui cum este. Nu vă implicați în această aventură de dragul experienței emoționale sau sexuale; o faceți din dorința de a vă lua revanșa. O asemenea aventură vă va umple de sentimente de vină și de ură față de propria persoană și este o formă de abuz, atât față de voi, cât și față de persoana implicată în respectiva escapadă (asta dacă nu este vorba de un bărbat – el vă va fi doar recunoscător pentru sex). Dacă sunteți implicați într-o astfel de aventură, amintiți-vă că scopul principal este răzbunarea, așa că nu vă lăsați orbiți de toate aspectele emoționale. Mai bine apelați la serviciile unui psiholog pentru a învăța cum să vă acceptați furia și să o depășiți.

6. Aventura de tipul „un umăr pe care să plângi“

Știți că vă aflați în acest tip de aventură atunci când petreceți mai mult timp deschizându-vă inima în fața amantului decât făcând sex cu el. De fapt sexul, oricât de puternic ar fi, este doar un lucru minor pe lângă principalul avantaj de care aveți parte în urma acestei aventuri – terapie pe gratis. Simțiți că persoana cealaltă vă înțelege; mai mult, vă sprijină și vă încurajează. Asta e încă o aventură de care nu aveți nevoie – vă trebuie doar un psiholog profesionist. E mai ieftin.

7. Aventura „ofertei mai bune“

Această aventură se petrece fie atunci când valoarea voastră de piață crește, deoarece ați obținut o slujbă mai bună, ați pierdut în greutate, v-ați schimbat

în bine înfățișarea, ați obținut o anumită diplomă sau în cazul în care ratingul partenerului a scăzut, fie pentru că s-a lăsat pe tânjeală, fie pentru că a intrat într-o anumită pasivitate a relației. Atunci când v-ați căsătorit, partenerul era cel mai bun pe care l-ați fi putut găsi la momentul respectiv. Acum sunteți mai în vârstă, aveți mai multă experiență, beneficiați de o perspectivă mai largă asupra relațiilor și sunteți de părere că ați putea obține ceva mai bun. Discutați cu partenerul despre lucrurile care vă neliniștesc și stabiliți împreună obiective care vă vor aduce pe amândoi la o valoare de piață similară. Ori de câte ori vă îmbunătățiți vreun lucru în viață, de obicei plătiți cu mult mai mult pentru noul model și pierdeți foarte mult la vechiul model. Poate că aveți nevoie de o curățenie de primăvară temeinică sau de o reînnoire a relației.

8. *Aventura de tipul „dorințele nu-mi pot fi satisfăcute“*

Partenerul refuză să facă un lucru de care declarați că aveți nevoie – fie că vorbim de o legătură emoțională, fie de o discuție din inimă, fie de sex oral, sex anal, sex într-un *montagne russe*, sau orice are legătură cu baterii de tip AAA. Și astfel vă primejduiți întreaga relație încercând să găsiți altundeva acel lucru. Un bun terapeut sexual vă poate ajuta să dezvoltați strategii pentru a face față acestei situații, sau poate simțiți că așteptările neîmplinite sunt mai mari în ansamblu decât relația în sine. În acest caz, ar fi mai bine să plecați.

9. *Aventura neintenționată*

După cum am afirmat anterior, dacă timpul, locul și circumstanțele sunt potrivite, aproape oricine poate ajunge să fie implicat într-o aventură. Nici nu prea v-ați dat seama cât, cum și de ce ați ajuns în aventura asta, dar fir-ar să fie, ce bine e! Nu știți cum să-i puneți capăt, și sunteți măcinați de vină și remușcări. Vă întrebați, fără a afla răspuns: De ce fac eu asta? Aventura neintenționată evidențiază faptul că un anumit lucru lipsea din relația voastră și atât voi, cât și partenerii ați încercat să negați acel lucru. Încercați să aflați de ce anume aveți nevoie și puneți capăt aventurii.

De ce „aventura perfectă“ este o închipuire

Nu există aventuri ideale. O aventură implică o permanentă grijă pentru a acoperi minciunile, pentru a da explicații, precum și sentimente de mânie sau vină. Cel care înșală este adeseori măcinat de remușcări și uneori se răzbuună verbal sau fizic tocmai pe partener. Dacă sunteți implicați într-o aventură,

respectați-vă partenerul și pe voi înșivă, mergeți la un terapeut de cuplu sau pur și simplu renunțați la aventura respectivă.

Terapeutul îi trimise pe cei doi parteneri certăreți în grădină pentru a mai trece o dată în revistă în liniște notițele despre felul cel mai potrivit în care clienții săi și-ar putea rezolva problemele. Cei doi au ajuns la o fântână a dorințelor. Soția se aplecă puțin, rosti în gând o dorință și lăasă să cadă o monedă în apă. Soțul se hotărî să-și pună și el o dorință, dar se aplecă prea mult, căzu în adâncul fântânii și se înecă. Pentru o clipă, soția înlemni, apoi însă pe chip îi răsări un zâmbet larg și spuse: „Chiar funcționează!“

Mi-a șoptit o pășărea...

Bănuiala că partenerul are pe altcineva poate fi o povară mai grea decât adevărul. Numeroase femei vor căuta să nege realitatea, în vreme ce majoritatea bărbaților în general vor căuta o dovadă și vor dori să știe limpede cum stau lucrurile.

Rareori decurg lucrurile ca la televizor: puțini sunt cei care-și surprind partenerul în plină acțiune cu amantul/amanta – asta deși foarte mulți bărbați aleg să-și facă de cap în propriul pat din propria casă. Uneori cei trădați vor auzi diferite zvonuri de la alții. Prietenii adeseori sunt măcinați de îndoieli întrebându-se dacă să-i spună sau nu cuiva că partenerul îi pune coarne – frica de sindromul „omorâți-l pe mesager“ este cât se poate de reală, iar unii prieteni nu sunt animați întotdeauna de intenții bune atunci când dau totul în vileag. Cele mai multe femei vor alege să dezvăluie adevărul, temându-se că într-o zi ele ar putea fi ultimele care să afle că li se pun coarne, și cred că și-ar dori o prietenă care să le deschidă ochii.

Felul cel mai obișnuit în care majoritatea oamenilor află adevărul îl constituie dovezile scrise. Poate fi vorba de o chitanță de la un hotel care dovedește că partenerul a fost într-un loc unde n-ar fi trebuit să fie, bonuri de la cadouri sau flori care nu pot fi explicate, înregistrări ale robotului telefonic, chitanțe de la cărțile de credit, istoria emailurilor expediate sau numere de telefon scrise la repezeală pe vreo bucată de hârtie.

Opt semne obișnuite ale celui care înșală

În lipsa unor probe concrete, a unui prieten „binevoitor“ sau a banilor necesari pentru a plăti un detectiv particular, există unele indicii elocvente și universale care pot sugera că merită formulate anumite întrebări. Fiți pregătiți pentru furia și lipsa încrederii în cazul în care partenerul reușește să vă demonteze suspiciunile, dar fiți, de asemenea, pregătiți și pentru consecințele firești în cazul în care răspunsul este chiar acela pe care nu v-ați fi dorit să-l auziți.

Un bărbat se întoarce acasă și își descoperi nevasta în pat cu cel mai bun prieten al lui. Așa că o împușcă pe femeie, iar pe câine îl iertă.

Atunci când un bărbat sau o femeie se îndrăgostește de altcineva, activitatea hormonală crescută de la nivelul creierului produce anumite modificări comportamentale. Acestea pot implica schimbări subtile de obiceiuri, sau anumite deprinderi noi care vor acoperi rutina zilnică obișnuită.

Schimbări care țin de rutină – orice schimbare a unor comportamente care au făcut parte din viața voastră de cuplu poate indica faptul că există o forță din exterior care acționează: un bărbat care începe să-și spele hainele singur; un dependent de televizor care face gaură-n fotoliu începe să meargă la sala de gimnastică; partenera începe să nu mai poarte verigheta sau să-și încuie sertarele...

Schimbări în materie de sex – pot să apară modificări subtile în regularitatea sau stilul practicării sportului orizontal în doi, dar aceste schimbări nu ar trebui ignorate. Dacă partenerul sau partenera dorește să încerce lucruri noi, pe care nu le-a mai făcut cu tine până atunci, este posibil să existe un maestru extern care, prin experiența lui, să antreneze și să stimuleze această nou descoperită pasiune. De asemenea, s-ar putea înregistra o bruscă diminuare a apetitului sexual.

Schimbări de înfățișare – respectarea unei diete, haine noi, dușuri imediat ce s-a trecut pragul casei, bărbierit de două ori pe zi, o nouă coafură pentru ea sau un nou stil.

Excursii de afaceri – sporirea numărului de călătorii, mai multe nopți petrecute în deplasare decât de obicei, secrete sau exprimări ambigue când vine vorba de program, neputința de a da date concrete despre un anumit hotel sau despre orarul de zbor, a nu fi acolo unde se presupune că ar trebui să se afle. Sau s-ar putea să constatați că partenerul lucrează deseori până târziu în noapte, sau să vedeți că mai toți colegii lui sau ei de birou se simt stânjeniți în preajma voastră.

Reacții nervoase – când sună telefonul sau când pomeniți întâmplător o anumită persoană de la serviciu. De asemenea, fiți atenți la vorbitul în somn, la schimbările bruște de dispoziție sau la o creștere a atitudinii critice față de voi.

Modificări în conversație – în cazul aventurilor alături de colegi de serviciu, cineva care a fost pomenit în treacăt la capitolul de știri ale zilei fie iese mai mult în evidență – „Am luat masa cu...“ sau „Am pălăvrăgit îndelung cu...“ sau dispăre complet din discuție. Un bărbat va istorisi de regulă aceleași lucruri, deoarece a uitat ce a istorisit și cui.

Schimbări tehnologice – observați că partenerul începe să prefere să vă trimită emailuri în loc să vă sune. Când vă sună, convorbirile sunt scurte, se sfârșesc abrupt sau se desfășoară în șoaptă, toate acestea fiind semne că este posibil să fie altcineva prin preajmă. Vin frecvent cu scuze pentru a ieși la o plimbare cu telefonul mobil la îndemână – de exemplu, pretinzând că semnalul e prost acolo unde vă aflați – sau merg la toaletă prea des și rămân acolo prea mult timp. Când sunteți împreună, nu vor să răspundă de față cu voi la anumite apeluri. Stau mereu pe internet, chiar și când sunt cu voi, verifică poșta electronică în permanență și în cazul în care vă apropiați, fereastra respectivă este închisă brusc. Telefonul lor BlackBerry nu este niciodată lăsat nicăieri unde ați putea da de el. Calculatoarele și telefoanele lor dintr-odată sunt parolate.

Noi prieteni – au noi tovarăși de muncă pe care nu apucați niciodată să-i întâlniți. Vă sună din când în când, dar convorbirile sunt întotdeauna scurte: spun că vor reveni cu un telefon ulterior sau că nu știu chiar în acel moment o anumită informație. Dacă descoperiți că amicii partenerului înșală la rândul lor s-ar putea să aveți de-a face cu un grup de infideli care se sprijină reciproc. Cei ce se aseamănă se adună.

Indiciile enumerate mai sus sunt mai frecvent văzute la bărbați decât la femei. Femeile sunt mai subtile în ascunderea urmelor, iar bărbații în general nu prea se pricep să observe asemenea indicii (după cum am explicat în detaliu în cartea *The Definitive Book of Body Language*). Nu de puține ori există indicii pe care până și un câine orb le-ar observa, dar ați fi uimiți să aflați cât de mulți bărbați nu bagă de seamă – de exemplu, o retragere completă a oricăror urme de afecțiune din partea ei, ideea ca ea să fie plecată în weekend, prezervative în geanta de drum, o anumită distanțare emoțională și preocuparea ei față de orice altceva în afara lui. Femeile care sunt implicate în aventuri au tendința să renunțe la momentele de intimitate și la sex în căsătorie, deoarece altminteri duplicitatea ar deveni de nesuportat pentru ele – majoritatea au ajuns să aibă loc în inimă pentru un singur bărbat.

Din motivele menționate anterior în această carte, bărbatul adeseori găsește că viața sexuală de acasă este puțin mai picantă odată cu escapadele, și din pricina faptului că orice creier masculin poate separa sexul de dragoste, nu este dificil să facă față simultan la două sau mai multe femei.

De ce li s-au dat bărbaților creiere mai mari decât câinilor? Pentru ca să nu încalce picioarele femeilor la petreceri.

Cum să faci față unui infidel

În noaptea când prințul Charles a acordat celebrul interviu televizat în care își recunoștea lunga aventură extraconjugală alături de Camilla Parker-Bowles, prințesa Diana s-a îmbrăcat cu o rochie neagră, scurtă, cea mai sexy pe care o avea în garderobă, afișându-se astfel în fața lumii întregi la un strălucitor eveniment exclusivist. Cu siguranță nu i-a fost ușor –, dar i-a fost mai lesne decât să stea acasă plângând și ținând în mână o cutie cu șervețele. Bărbații suferă mai puțin când sunt trădați, deoarece pentru majoritatea dintre ei primele și cele mai persistente sentimente sunt furia și conștientizarea orgoliului rănit – acestea fiind emoții agresive. Problema bărbaților vine odată cu deschiderea emoțională, discuțiile cu prietenii despre suferințele și temerile lor.

Regula spune că o femeie va trece prin mai multe faze distincte, începând cu mânie și suferință, dar pe termen lung va ajunge la efecte mult mai profunde. Va avea o criză de încredere și o scădere a respectului de sine; se va simți și mai protectoare față de copiii ei și va simți povara păstrării unității familiei, precum și o listă de opțiuni. Foarte probabil, ea se va simți cumva răspunzătoare pentru faptul că bărbatul ei a ales o altă femeie. Cele mai frecvente efecte secundare pentru femeile trădate sunt depresia și suferințele fizice, deoarece nivelurile ridicate de stres slăbesc sistemul imunitar și lasă corpul neprotejat în fața infecțiilor și a bolii. Se va îmbolnăvi de tot ce mișcă, de la răcelile la cap ale copiilor până la dureri de spate și de articulații produse de încordarea constantă a corpului, zi și noapte.

*Unii cred că iarba este întotdeauna mai verde pe partea cealaltă a gardului.
Este adevărat: pe acolo trece conducta de canalizare.*

Numeroase femei vor da vina pe cealaltă femeie pentru infidelitatea partenerului lor, ceea ce face parte din așa-numitul sindrom al negării. Nu pot crede că bărbatul pe care îl iubesc și în jurul căruia și-au clădit întreaga viață le poate răni astfel și lăsa cu ochii-n soare. Adeseori femeile se hotărăsc să rămână alături de bărbatul lor și după o serie de aventuri de-o noapte ale acestuia; multe aleg să rămână chiar și după escapade mai lungi, și promisiuni că acestea se vor sfârși; și unele rămân chiar și ani buni, acceptând un șir nesfârșit de aventuri scurte sau de idile de lungă durată.

O fac din mai multe motive: îl iubesc; îşi iubesc copiii; iubesc viaţa de familie şi statutul social pe care-l ai când faci parte dintr-un cuplu şi ai copii. Foarte important, aceste femei nu vor să-şi piardă resursele – locuinţa şi venitul. Respectul lor de sine se scufundă atât de mult încât nu-şi mai pot închipui că altcineva ar putea să le iubească, aşadar, unele femei decid că aventurile amoroase ale soţului sunt un preţ corect pentru o casă frumoasă, un venit sigur şi un stil de viaţă – cu alte cuvinte, ea va rămâne prin preajmă de dragul resurselor. Dar o femeie care se hotărăşte să procedeze astfel va avea mult de suferit atât fizic, cât şi psihic, şi nu are nicio garanţie că el nu va pleca oricum. Acestea fiind spuse, rare sunt cazurile în care un bărbat va părăsi o relaţie pentru că este nefericit. El va rămâne în relaţia respectivă pentru că nu are o ofertă mai bună. Aventurile de o noapte se pot transforma în dragoste sau relaţii pe termen lung, dacă el se hotărăşte că pentru noua femeie merită să treacă prin agonia părăsirii prezentei relaţii.

E mai probabil ca un bărbat care află de aventurile soţiei sale să rămână alături de ea dacă escapada este trecută sub tăcere şi nimeni nu află de ea. Orgoliul masculin are serios de suferit de pe urma aventurilor amoroase ale femeilor. Dacă şi alţii află de ele, bărbatul se va simţi foarte prost, iar instinctele lui primare îi vor spune că paternitatea lui nu mai este sigură. După cum am spus, dacă nu are o ofertă mai bună, un bărbat probabil că va rămâne şi va încerca să lămurească lucrurile, asta dacă nu se hotărăşte ea să-l alunge.

În viaţă ai două alternative: ori rămâi singur şi-ţi plângi de milă, ori te căsătoreşti şi-ţi doreşti să fi murit.

Bob Hope

Realitatea vieţii trăite alături de un partener infidel pe care alegi să nu-l părăseşti poate fi mai dură decât simpla părăsire a corabiei pentru a lua totul de la-nceput. Foarte puţini oameni reuşesc să-şi găsească o modalitate de refulare a durerii şi agresivităţii, în vreme ce încearcă să se ascundă tocmai de durere şi să nege în sinea lor necredinţa partenerului. Durerea şi mânia ar trebui să vizeze persoana care a produs aceste sentimente – chiar partenerul – nu persoana cu care a avut o aventură.

Cei care se confruntă cu un partener infidel suferă de asemenea sentimente de ură de sine pentru că și-au îngăduit să fie reduse la nivelul multor iubiți batjocoriți – țipete în stradă, bătăi, lovituri în mașini, a arunca în ferestre cu cărămizi, a posta mesaje de răzbunare pe bloguri de pe internet sau a tăia mânecile hainelor.

Unii bărbați și unele femei văd în aventurile pentru răzbunare singura opțiune valabilă, dar acest lucru poate avea urmări serioase. După o sporire inițială a stimei de sine, se poate să se trezească abandonati și să simtă că au fost din nou folosiți și abuzați. În plus, o aventură de dragul răzbunării nu face altceva decât să-i aducă la același nivel cu partenerul care a trădat.

Îndreptarea lucrurilor



Un infidel de meserie nu prea are stofă de familist și are nevoie de consiliere personală și de o reevaluare a priorităților dacă dorește să poată susține vreodată

o relație pe termen lung. Partenerul unor astfel de persoane ar face mai bine să o ia de la început decât să se chinuie să aibă o viață fericită alături de un ușuratic. Nu și-ar dori nimeni în mod intenționat să caute un criminal sau un ticălos drept partener, așa că de ce și-ar dori cineva un flușturistic?

O persoană care are o aventură pe termen lung trebuie silită să facă o alegere. Nu există cu adevărat un viitor – altul decât unul guvernat de boală și depresie – pentru cineva care alege să rămână cu un partener mereu infidel. Dacă situația persistă, totul nu se poate sfârși decât jalnic, cu un mare preț emoțional pentru toți cei implicați.

Cea mai mare provocare pe care trebuie să o înfrunte cei care doresc să-și rezolve problemele și să își reînvie relația este să poată să lase în urmă naufragiul și să construiască o relație nouă, mai bună, cu partenerul decât cea pe care au avut-o anterior.

Mic ghid pentru recuperarea după o aventură

1. **Comunicați.** Dacă nu discutați despre ce s-a petrecut, de ce și cum s-a întâmplat, nu veți putea găsi niciodată o cale de a merge înainte. Fiți cinstiți și nu vă temeți să puneți întrebări chiar și dacă nu vă sunt pe plac răspunsurile pe care le veți primi. Numai acest răspunsuri vă pot oferi cheia pentru viitor.
2. **Vorbiți deschis.** Dacă ați avut o aventură, recunoașteți că a fost o greșală și afirmați din inimă faptul că vă doriți salvarea relației. Se prea poate să vă temeți de consecințe, dar mărturisirea vă va da șanse mult mai mari de a îndrepta lucrurile decât dacă partenerul ar auzi adevărul de la altcineva. Fiți încurajați de gândul că dezvăluirea unei aventuri poate fi de multe ori acel lucru de care aveți nevoie pentru a vă reporni un mariaj care suferea, deoarece oferă adeseori șocul necesar oamenilor pentru a se opri, a reevalua și a îmbunătăți.
3. **Evitați să aruncați vina unul pe celălalt pentru ceea ce ați făcut sau nu ați făcut.** Nu este o abordare potrivită și nu vă va ajuta să dezvăluiți și să înfrunțați problemele care au condus la aventura respectivă.
4. **Nu luați decizii în grabă.** Lăsați să treacă un timp pentru a depăși șocul. Astfel veți putea să faceți o evaluare logică și obiectivă a situației. După

aproximativ o săptămână, veți fi mai calmi și vă veți simți capabili să luați decizii majore cu privire la viitorul relației voastre.

5. Acceptați o perioadă de tristețe. Relația, așa cum o știți, s-a dus și nu se va mai întoarce niciodată. Dacă ați arătat față de toți ceilalți o figură „normală“ nu înseamnă că vă veți putea convinge că totul va redeveni cum a fost înainte.
6. Dacă nu puteți rosti un lucru, scrieți-l. Acest sfat s-a dovedit a fi de mare folos pentru bărbați cărora le vine greu de obicei să își comunice sentimentele și temerile. Vorbirea nu se numără printre punctele tari ale unui bărbat, așa că nu vă pierdeți în nesfârșite afirmații post-mortem despre aventură. Discutați doar esențialul.
7. Faceți o listă. Alcătuiți împreună cu partenerul o listă a lucrurilor care trebuie să se schimbe sau a celor ce merită atenție pentru a pune relația pe făgașul cel bun. E uluitor cum lucrurile care apar pe listele unora sunt adeseori foarte simple și directe. E de mirare cum nu au fost observate înainte de aventura respectivă, dar problema e că lucrurile ajung să fie îngropate sub avalanșa vieții zilnice de familie.
8. Fiți buni cu voi înșivă. Acordați-vă momente de răgaz de la sarcinile neplăcute de zi cu zi care nu sunt chiar urgente, sau care nu trebuie să fie îndeplinite atât de des, dacă asta vă va spori calitatea timpului petrecut împreună sau vă va face să vă simțiți bine.
9. Lucrați împreună asupra problemelor care țin de stima de sine. După o aventură, singurul soi de mariaj care poate fi salvat este acela care include un nivel zdravăn de remușcări și căință din partea amândurora, dar nu vă lăsați, totuși, copleșiți de aceste sentimente. Încercați să le preschimbați într-o concluzie pozitivă. Cea mai bună cale de a scăpa de vină este să vă acceptați rolul pe care l-ați jucat în desfășurarea lucrurilor și să nu faceți asta vreodată alegând să îndreptați lucrurile.

Patru strategii importante pentru a evita să ajungeți chiar voi infideli

1. Întotdeauna faceți din partener prioritatea voastră numărul 1. Relațiile în care unul sau ambii parteneri își concentrează mai cu seamă atenția

asupra carierei, afacerilor sau copiilor sunt în mare pericol de a aluneca spre aventuri. Deși toate acestea sunt lucruri importante, nu le lăsați niciodată să fie pe primul loc în viața voastră.

2. Faceți anumite destăinuiți numai partenerului. Nu împărtășiți gânduri personale sau intime cu alții dacă nu le-ați discutat cu partenerul.
3. Rămâneți conectat cu partenerul zi de zi. Cei care-și fac timp să-și discute gândurile zilnic cu partenerul alcătuiesc cupluri în care incidența infidelității este minimă, iar sentimentul securității este ridicat.
4. Evitați orice situații care ar permite declanșarea unor aventuri. Evitați orice situații în care v-ați putea simți pe moment atrași de altcineva. Asta nu înseamnă că relația voastră are vreo problemă și că trebuie să o rezolvați; înseamnă doar că e mai bine să vă feriți de asemenea circumstanțe.

Rezumat

Infidelitatea este lucrul de care oricine este implicat într-o relație se teme cel mai mult, dar aproape întotdeauna există semnale care indică faptul că unul dintre parteneri este nefericit și ar putea avea o aventură. Vorbind deschis cu partenerul și comunicând temerile și sentimentele care vă-ncearcă, păstrând legătura cu inima vie a relației voastre, veți putea construi un dig de apărare în calea infidelității.

Aventurile rareori rezolvă probleme; întotdeauna creează altele noi.

Un bărbat care se însoară cu amanta lui, lasă liberă acea poziție.

Oscar Wilde

O nouă persoană aduce cu sine noi necesități, și cu cât va fi mai mare diferența de vârstă, cu atât mai complicate vor fi acele probleme. Cei mai mulți infideli confundă dorința și condimentul numit „teama de a fi dat în vileag“ cu dragostea. O aventură înseamnă petrecerea timpului într-un mod complet egoist, întru totul personal cu cineva, fără discuții despre realitățile vieții cotidiene – cine va spăla vasul de toaletă, cine-i va duce cu mașina pe copii la lecțiile de pian sau cine va duce gunoiul. Chiar și atunci când cineva se

căsătorește cu cel/cea cu care a avut o aventură, în 90% din cazuri hormonii pasiunii care i-au adus laolaltă pe amanți dispar după 12-24 luni, când incitarea descoperirii unei persoane noi dispare și rutina vieții se instaurează din nou.

Cei implicați în aventuri pierd de regulă 50% sau chiar mai mult din contactele lor sociale odată cu divorțul, la fel sau poate chiar mai mult din resurse și sunt nevoiți să execute un balet fin între noua dragoste și copiii, frați, surori, părinți, prieteni sau colegi ai fostului partener, dintre care unii vor respinge noul partener.

Compania Relate, cea mai importantă organizație britanică ce are ca scop relațiile, a descoperit că 50% din cuplurile care au pus capăt unei relații de lungă durată au regretat ulterior decizia. O aventură nu trebuie neapărat să încheie o relație, dimpotrivă, ea poate constitui un semnal de alarmă cu privire la problemele existente și pe care unul sau chiar amândoi partenerii se încăpățânează să le nege. Când un bărbat sau o femeie calcă strâmb, aceasta se întâmplă, deoarece relația se cuvine să se schimbe într-un fel sau altul.

O terapie de cuplu desfășurată în mod regulat poate îndepărta majoritatea problemelor care conduc la aventuri.

- Aventurile se pot întâmpla oricui, în orice relație.
- Aventurile nu rezolvă probleme; pur și simplu, creează altele noi.
- Folosiți terapia de cuplu pentru a înfrunța posibilele probleme.

CAPITOLUL 7

Cum să-ți găsești partenerul (partenera) potrivit(ă) – întrecerea pentru ratingul de cuplare



Pe baza datelor personale pe care ni le-ați furnizat, domnule Philstein, iată prima imagine a partenerului perfect pentru dvs.

M-am hotărât să mă însor cu ea. Curtarea ar fi fost o simplă formalitate. Dar ce aș fi putut spune pentru a începe să-i fac curte? „Vrei o gumă de mestecat?” suna cam nepotrivit, prea josnic. „Hei, păpușă!” era o formulă de salut prea banală pentru a o întâmpina pe viitoarea mea soție. „Te iubesc! Sunt aprins de pasiune!” suna prea direct. „Vreau să te fac mama copiilor mei” era un pic prematur. Așa că nu am spus nimic. Exact – nu am spus nimic. Pur și simplu, am stat acolo proțăpît fără să scot un sunet. După o vreme, autobuzul a ajuns în stație, ea a coborât și nu am mai văzut-o niciodată.

Cum încep majoritatea relațiilor

Pentru cei mai mulți dintre noi, relațiile încep accidental. În vreme ce tot mai mulți oameni ajung să se cunoască prin intermediul agențiilor matrimoniale sau pe internet, aproximativ jumătate dintre noi dăm peste potențiali parteneri la slujbă, iar restul își întâlnesc partenerii întâmplător, prin cluburi, baruri, cârciumi, discoteci, la ieșiri în aer liber pentru câte un grătar sau la întâlniri cu

necunoscuți. Cei mai mulți dintre noi ne-am cunoscut partenerii în mod accidental, fără a fi ceva planificat sau fără a ne stabili o țintă, și în aceste condiții ne mai mirăm de ce este atât de ridicată rata divorțurilor.

Dacă ați fi managerul de HR al unei companii și ați fi nevoit să angajați un manager pentru o poziție de top, ați insista să primiți un CV, un raport medical, date financiare, o verificare a conturilor și a insolvabilității și ați dori, de asemenea, să primiți referințe de la angajatorii precedenți. Ați dori să știți dacă persoana respectivă a fost la pușcărie sau a comis vreo crimă, nu-i așa? Atunci de ce v-ați angaja într-o nouă relație cu cineva pe care abia l-ați întâlnit în vreun club sau *pub* și despre care nu știți absolut nimic? Ei bine, exact în acest fel majoritatea dintre noi își întâlnesc partenerii – accidental. În primul an al noii relații oamenii se străduiesc să minimizeze aspectele negative și să le scoată în evidență pe cele pozitive, și astfel pentru o bună bucată de vreme nu ajung să cunoască, într-adevăr, persoana respectivă.

Persoana perfectă pentru voi este cea despre care nu aveți absolut niciun dubiu și pe care în mod sigur, absolut, din toată inima v-o doriți pentru totdeauna în viața voastră. Nu e nicio grabă. Vârsta nu mai constituie un impediment important și sunt numeroase persoane disponibile pentru voi.

Fiecare relație pe care o aveți este un exercițiu din care aveți ce învăța și o bornă importantă pe drumul către partenerul ideal pentru voi.

Când vine vorba de alegerea unui partener pe termen lung, o bună rațiune este de mult mai mare ajutor decât emoțiile sau sentimentele. După cum am afirmat, dragostea timpurie se bazează pe o combinație de substanțe secretate la nivelul creierului care au drept scop să vă împingă înspre o stare propice reproducerii, fără a lua aproape deloc în considerare dacă este sau nu potrivită o anumită persoană pentru voi. Orice decizie care v-ar putea schimba viața pe care o luați în privința unui partener ar trebui să fie cântărită cu mare atenție dacă doriți să vă potriviți bine cu partenerul respectiv. O slabă compatibilitate poate avea consecințe grave și vă poate transforma viața într-un coșmar. Cea mai inteligentă cale de a găsi un partener pentru întreaga viață este de a proceda similar ca atunci când ați selecta un candidat pentru o funcție de mare răspundere într-o companie. De ce să lăsați un străin să vă schimbe viața și să îngăduiți acest lucru pentru că ați avut de-a face cu o supradoză de hormoni?

Cuplarea cu partenerul potrivit

Găsirea partenerului potrivit depinde întru totul de două lucruri:

1. Să știi foarte precis ce-ți dorești de la un partener.
2. Să poți oferi în schimb ceea ce dorește el de la tine.

După cum probabil că ați aflat deja, femeile din timpuri străvechi doreau de la bărbați resurse. În consecință, bărbații au evoluat devenind inși care acumulează resurse, câștigă putere sau chiar le obțin pe amândouă. Bărbații de pe timpuri căutau la o femeie abilitatea de reproducere, astfel încât femeile au ajuns să facă tot ce este nevoie pentru a părea tinere, sănătoase și fertile. În mod conștient sau inconștient, bărbații și femeile înțeleg ce-și doresc reprezentanții sexului opus. Întocmai precum un pescar aruncă nada pentru a momi peștii, la fel bărbații și femeile fac tot ce este necesar pentru a atrage un potențial partener.

Femeile îi ademenesc pe bărbați oferindu-le sex; bărbații le momesc pe femei oferindu-le resurse.

Acesta este punctul în care generațiile mai tinere au ajuns la nedumeriri. Tineretele femei au început să creadă că din pricina faptului că se presupune că bărbații și femeile sunt la fel – adică „egali” – bărbații din ziua de azi și-ar dori întâlniri prelungite și asezate cu îndelungi momente de curtare, preludiv, discuții despre sentimente și jocuri. Adevărul este că bărbații din secolul XXI sunt predispuși să-și dorească exact ce voiau și înaintașii lor: cât mai mult sex cu puțință și cât mai mare varietate de partenere – și asta cât mai repede posibil.

Bărbații cu experiență care înțeleg nevoile fundamentale ale femeilor vor lua parte la obiceiurile frecvente de pețire și de romantism pentru a obține ceea ce-și doresc, dar cu cât este mai ridicat statutul unui bărbat, cu atât mai puțin timp este acesta dispus să investească. Dacă lui Brad Pitt probabil că i-ar trebui vreo 30 de minute pentru a ajunge în pat cu o femeie atrăgătoare, unui neica nimeni de la contabilitatea unei sucursale zonale ale unei bănci probabil că i-ar trebui șase luni de ritualuri de curtare pentru a ajunge în așternuturile ei.

Valori și convingeri fundamentale

În vreme ce resursele unui bărbat și sănătatea și tinerețea unei femei sunt temeiurile inițiale și înnăscute care motivează atracția dintre oameni, toate studiile despre relațiile care durează au ajuns la aceeași concluzie – cei care rămân fideli unui partener o fac pentru că împărtășesc cu el aceleași valori și convingeri fundamentale.

Cuplurile care rezistă în timp au valori și convingeri fundamentale similare sau foarte apropiate.

Valorile fundamentale sunt:

1. Atitudinea față de creșterea copiilor și în ceea ce privește disciplina
2. Împărțirea sarcinilor și responsabilităților domestice
3. Finanțele – cât, unde și cum se cheltuiește
4. Curățenia și standardele de viață
5. Viața socială și de familie – implicare, activități și frecvență
6. Sexul și intimitatea – cine de ce are nevoie și dacă va primi sau nu acele lucruri?

Convingerile fundamentale sunt:

1. Spirituale și religioase
2. Etice și morale
3. Politice și culturale

Nu există cuplu compatibil. Cele mai multe diferențe de opinie vizează aceleași lucruri: bani, sex, copii și timp. O relație de succes pe termen lung implică o anumită chimie între parteneri, valori și convingeri fundamentale similare și abilitatea de a face față diferențelor de opinii. Compatibilitatea se creează. Amintiți-vă că după un an sau doi revoluția hormonală trece în cazul celor mai mulți oameni, iar cuplurile rămân împreună datorită valorilor și convingerilor fundamentale comune. Când întâlniți pe cineva nou, acea persoană se va purta

cât poate de bine vreme de aproximativ un an, așadar, este nevoie de timp pentru a descoperi care sunt valorile și convingerile fundamentale ale cuiva.

Iată trei întrebări simple pentru a evalua potențialul domnului sau doamnei perfecte în fazele incipiente ale unei noi relații:

1. Care sunt valorile lor fundamentale? Cum se poartă cineva cu ceilalți, prieteni, rude, colegi de serviciu? Este grijuliu, atent, iubitor și pasional? Este important felul în care persoana respectivă se comportă față de un câine sau față de un ospătar într-un restaurant – în cele din urmă, la fel se va purta și cu voi.
2. Ce spun acțiunile lor? Cineva vă poate spune câte-n lună și-n stele, dar acțiunile persoanei respective vă dezvăluie cum este de fapt acel om. Dacă vă vor spune că sunteți singurul lucru care contează pentru ei, și totuși, petrec mai mult timp cu prietenii, felul lor de a acționa scoate la iveală adevărul.
3. Ce cred prietenii voștri? Deși propria părere este cea mai importantă, prietenii apropiați pot vedea lucruri pe care cineva înamorat și îndopat cu hormoni nu le observă. Prietenii vă pot ajuta să priviți realitatea cu obiectivitate.

Cele cinci greșeli foarte frecvente ale unei „noi relații“

Cei mai mulți oameni se vor recunoaște în ce este scris aici, deoarece majoritatea dintre noi ne-am judecat greșit partenerul, la un moment dat, de-a lungul vieții.

Greșeala numărul 1: a face alegeri hormonale

Când cineva se îndrăgostește „nebunește“, face alegeri pornind de la sentimentele trăite la un moment dat și nu pe baza potrivirii pe termen lung cu un partener. După cum am discutat în primul capitol, în stadiul dorinței/dragostei pasionale, creierul este inundat de hormoni care produc o stare asemănătoare celei experimentate sub influența drogurilor. Dacă simțiți că sunteți pe punctul de a vă logodi cu cineva pentru că persoana respectivă „are ceva anume magnetic... un sentiment magic imposibil de descris în cuvinte“ faceți un duș rece și recitiți capitolul 1. Hormonii sunt cei care vă vorbesc, nu

creierul. Sigur, lăsați-vă purtați de plăcerea unei noi povești de dragoste, dar hotărâți-vă înainte că indiferent de cine v-ați îndrăgosti, veți lăsa să treacă o bucată de vreme înainte de a lua orice decizie cu privire la viitor.

Greșeala numărul 2: negarea problemelor

Se poate să negați în sinea voastră că o anumită persoană are unele probleme de care aveți idee sau să refuzați să-i ascultați pe alții care vă vorbesc despre neajunsurile persoanei pe care o iubiți. Vă puteți concentra atenția asupra punctelor pozitive și să vedeți partenerul numai așa cum ați dori să fie. Orice informație pe care ați putea-o primi despre acea persoană ar trebui să fie folosită pentru a face o alegere inteligentă și cumpătată.

Greșeala numărul 3: alegerea unor oameni aflați „la nevoie“

Atrageți pe cineva care susține că are nevoie de voi și vă petreceți timpul „fiind alături de acea persoană“ și încercând în permanență să le rezolvați nevrozele. În cele din urmă, veți obose și veți începe să căutați pe altcineva. În mod asemănător, dacă voi sunteți cei „nevoiași“ pentru că tocmai ați trecut printr-un divorț, o despărțire sau ați fost părăsiți, sunteți candidați serioși pentru postura de noi victime. Acordați-vă un timp – 10% din durata relației precedente – pentru a trece peste perioada în care resimțiți pierderea grea. Apoi găsiți pe cineva care vrea să fie cu voi, nu care are nevoie să fie cu voi.

Greșeala numărul 4: a fi maleabil

Vă petreceți timpul încercând cu disperare să evitați orice neînțelegere cu noua iubire, străduindu-vă să-i aduceți un zâmbet pe buze sau să nu suflați un cuvânt care ar putea fi supărător. Veți deveni un *yesman*, dar nimeni nu respectă o astfel de persoană. Fiind pasiv și maleabil, foarte curând vă veți încărca de resentimente și mânie, iar partenerul va ajunge să creadă fie că nu aveți niciun sentiment adevărat, fie că sentimentele voastre nu fac nici cât o ceapă degerată. Ca atare, veți fi lipsiți de apărare în fața abuzurilor emoționale. Aveți nevoie de cel puțin două sau trei certuri sau contradicții cu noua dragoste pentru a avea un punct de vedere realist despre cum este de fapt acea persoană.

Greșeala numărul 5: alegerea unui partener pe care credeți că îl puteți schimba

„Știi că nu are o istorie prea grozavă în ceea ce privește fostele relații, dar când e cu mine e altfel. Se va schimba.“ Ah... nu, nu o va face. Cei care cred că pot schimba pe cineva sau că acea persoană va fi altfel alături de ei își caută cu lumânarea o viață dificilă. Numeroase femei cred că puterea magică a dragostei

va făuri un nou bărbat chiar dinaintea ochilor lor, dar ceea ce se întâmplă în mod normal e că bărbatul își reia apucăturile vechi și le transpune în noua relație. De regulă, asta nu se întâmplă până ce nu trece un timp, deoarece în stadiile timpurii ale dragostei pasionale, cei mai mulți oameni își arată cea mai bună față, ascunzându-și proastele obiceiuri.

În 2007, durata medie a unei căsnicii era de 12 ani.

Ratingul de cuplare

Fiecare persoană are o cifră, așa-numitul rating de cuplare, care este de obicei un număr de la 0 la 10. Este o formă de evaluare a dorinței pe care fiecare dintre noi o inspiră oricând celorlalți pe piața cuplărilor. În mod conștient sau inconștient, cu toții îi cântărim pe ceilalți folosind acest etalon și procedăm astfel cu fiecare persoană pe care o vedem sau întâlnim. Acest rating pornește de la caracteristicile dorite de bărbați sau femei la un partener.

Când privim un cuplu luând masa la restaurant sau trecând pe lângă noi, îi evaluăm pe ambii parteneri și ne hotărâm dacă primesc note asemănătoare. Cântărim și ne hotărâm dacă relația este una benefică pentru amândoi și dacă pot sau nu să obțină ceea ce-și doresc de la relație – altfel spus, se potrivesc sau nu? Le evaluăm înfățișarea, gradul de atractivitate, forma corpului, simetria trăsăturilor, resursele, frumusețea și așa mai departe.

De pildă, superpartenerii Brad Pitt și Angelina Jolie ar obține nota maximă de zece în ochii multora dintre noi, deoarece par să aibă totul – bani, faimă, putere, atractivitate. Au același rating de cuplare. Și totuși, în cazul altor cupluri se întâmplă să clătinați din cap și să nu reușiți să pricepeți ce vede ea la el, sau invers – sau cum de reușește relația să meargă. Vă gândiți că el poate mult mai mult sau poate că ea trebuie să fie tare disperată.

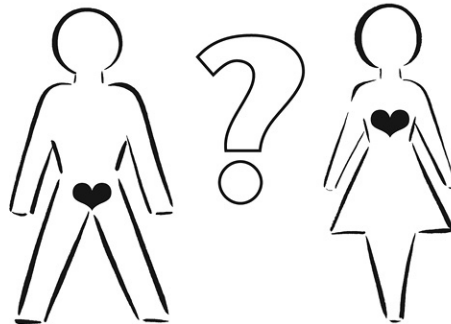
Dacă aveți prilejul să vorbiți cu cei care alcătuiesc cuplul respectiv și să-i cunoașteți mai bine, veți putea apoi să le creșteți sau să le micșorați ratingul. Dacă sunt bogați, amuzanți, buni la suflet sau inteligenți, le veți crește ratingul de cuplare, pe când dacă sunt răi, zgârciți, plictisitori sau n-au un ban în buzunar, le veți scădea acest rating.

Pinguinii nu se despart niciodată. Ceea ce nu mă surprinde prea tare, deoarece toți arată la fel. N-au nicio șansă de a întâlni într-o bună zi un alt pinguin mai arătos.

Ellen DeGeneres

Toate studiile despre împerecherea la oameni arată că fiecare dintre noi are cele mai mari șanse pentru o relație de lungă durată cu cineva care are exact *același rating de cuplare* ca și noi. Cineva care e de nota 7, de exemplu, are cele mai mari șanse să aibă o relație stabilă pe termen lung tot cu cineva de nota 7. Se prea poate ca vreunul dintre noi să viseze la Kylie Minogue sau Brad Pitt, dar de obicei va sfârși alături de un partener pe măsura lui sau ei și dacă valorile și convingerile fundamentale ale partenerului coincid cu ale sale și mai există și ceva chimie la mijloc, probabil că asta e potrivirea perfectă. Problemele în relație apar atunci când ratingul de cuplare al unuia dintre parteneri se schimbă foarte mult. De exemplu, un bărbat care își sporește resursele, deoarece a fost promovât sau a câștigat la loterie urcă de la 7 la 8,5 să spunem, sau o femeie poate avea un rating mai coborât, deoarece se neglijează sau se îngrașă, ajungând astfel la un 5. El începe mai apoi să o critice, în timp ce ea încearcă să compenseze pierderea prin ceea ce face.

Test: ratingul de cuplare – unde considerați că vă este locul pe piața partenerilor de cuplu?



Acest test a fost conceput pentru a vă evalua ratingul personal de cuplare – asta înseamnă unde vă plasează reprezentanții sexului opus (sau cei care au alte condiționări cerebrale decât voi) pe o scară a partenerilor doriți. Acest test este folositor pentru toți cei care doresc să-și îmbunătățească ratingul de cuplare și să facă saltul la nivelul următor. Vă va permite să identificați zonele mai slabe sau pe cele în care nu excelați. Indiferent în ce categorie v-ați plasa în acest test, dacă sunteți mulțumiți de locul pe care-l ocupați, totul e-n regulă. Dacă nu vă simțiți, totuși, în largul vostru, acest test vă va orienta către zonele în care aveți nevoie de îmbunătățiri. Am observat că oamenii au de regulă tendința să fie duri cu ei înșiși așa că vă sugerăm să-i cereți cuiva care vă cunoaște foarte bine să facă testul împreună cu voi și să vă îndrume către rezultatul care v-ar putea reflecta cel mai bine. Astfel veți putea nu doar să vedeți cum vă percepeți, ci și cum sunteți priviți de cei din jur. Mulți vor fi uimiți să afle cum îi văd ceilalți prin comparație cu felul în care se evaluează singuri.

Răspundeți la toate întrebările înainte de a vă uita la sistemul de notare, rămânând astfel cinstiți cu voi înșivă.

Test pentru bărbați

Secțiunea I		Rar	Uneori	Adeseori
1.	Mă încadrez în parametrii Indicelui de Masă Corporală.			
2.	Spun adevărul despre mine în CV.			
3.	Dacă o femeie ar flirta cu mine din priviri într-un bar, aş recunoaște semnalele ei.			
4.	Pot citi printre rânduri afirmațiile oamenilor.			
5.	Fac sport sau exerciții fizice în mod regulat.			
6.	Primesc recunoaștere pentru lucrurile pe care le-am făcut, nu pentru cele pe care nu le-am făcut.			
7.	Când văd un cadou deosebit sau unic, adeseori îl cumpăr pentru cineva.			
8.	Am partea superioară a trunchiului în formă de trapez.			
9.	Atunci când sunt implicat într-o relație, scriu de mână bilețele, trimit mesaje sau emailuri prin care îi spun partenerei cât de specială este.			

10.	Cei mai mulți oameni sunt de părere că am un bun simț al umorului.			
11.	Iubesc copiii și animalele.			
12.	Știu ce este punctul G și cum dau de el.			
13.	Știu să ascult și manifest compasiune față de nevoile celorlalți.			
14.	Oamenii care mă cunosc ar spune că sunt un tip manierat.			
15.	Am o piele bună și tenul curat.			
16.	Ce înălțime aveți prin comparație cu un bărbat	mai scund	potrivit	mai înalt
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>				
Secțiunea a II-a		Rar	Uneori	Adeseori
17.	Îmi place să cunosc oameni noi, să-mi fac noi prieteni și sunt ușor de abordat.			
18.	Pot râde de mine însumi.			
19.	Simt când alții suferă, sunt răniți sau întristați.			
20.	Îmi împrăpățez în mod regulat garderoba, mai cu seamă lenjeria de corp.			

21.	Mă gândesc adeseori la căi prin care să-mi fac partenera să se simtă iubită. Fac sport sau exerciții fizice în mod regulat.			
22.	Pot râde cu ușurință de ce se întâmplă zi de zi și de obicei râd ușor.			
23.	Cei care mă cunosc ar spune că sunt un om cu capul pe umeri.			
24.	Iau în considerare nevoile oamenilor importanți din viața mea.			
25.	Sunt atent la îngrijirea personală – de exemplu părul, unghiile și tenul meu sunt curate.			
26.	Îmi plac glumele și râd cu poftă la ele.			
27.	Când întâlnesc o femeie cu care mi-aș dori să am o relație și care afișează un anumit interes față de mine fac tot ce pot pentru a-i face curte.			
28.	Îi spun frecvent partenerei „Te iubesc!“.			
29.	Adeseori pregătesc cina, spăl vasele sau iau de pe umerii partenerei diferite sarcini, lăsând-o să se odihnească.			
30.	Cei mai mulți consideră că sunt un om onest, cu coloană vertebrală.			

31.	Sunt încrezător în înfățișarea mea fizică și în capacitățile mele fizice.			
32.	Când viața e dură, reușesc, totuși, să găesc câte un lucru pozitiv.			
Secțiunea a II-a		Rar	Uneori	Adeseori
33.	Când îmi pun în minte ceva, mă țin de treabă până la capăt.			
34.	Dacă îi scapă cuiva pe jos o bancnotă de 100 de lei, o ridic și i-o dau.			
35.	Cei care mă cunosc ar spune despre mine că sunt un om cu scaun la cap.			
36.	Corpul meu este simetric. (o jumătate se potrivește cu cealaltă.)	Nu	Destul	Da
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>				
Secțiunea a III-a		Rar	Uneori	Adeseori
37.	Am o atitudine pozitivă față de viață, obiective clare. Sunt ambițios.			
38.	Sunt dispus să-mi împart resursele cu partenera mea.			
39.	Știu că primele impresii sunt foarte importante pentru a ști cum mă descurc.			

40.	Mă străduiesc să-mi sporesc resursele.			
41.	Felul în care mă îngrijesc și mă îmbrac îmi poate influența statutul față de ceilalți.			
42.	Nu aş avea niciodată secrete față de parteneră și sunt de părere că onestitatea este cea mai bună cale.			
43.	Dacă în viața mea apare un obstacol, pot găsi soluții pentru a-l depăși.			
44.	Mă străduiesc să-mi îmbunătățesc calitățile.			
45.	Cu palma orientată către voi, priviți-vă degetul inelar. Este mai lung sau mai scurt decât arătătorul?	Mai scurt	La fel	Mai lung
46.	Care vă sunt veniturile comparativ cu un om obișnuit?	Scăzute	Medii	Ridicate
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>				
Scor total				
Secțiunea I		Rar	Uneori	Adeseori
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>				
Înmulțiți cu		1	2	3
Total — secțiunea I				

Secțiunea a II-a	Rar	Uneori	Adeseori
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>			
Înmulțiți cu	1	4	6
Total — secțiunea a II-a			

Secțiunea a III-a	Rar	Uneori	Adeseori
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>			
Înmulțiți cu	1	6	9
Total — secțiunea a III-a			

Introduceți totalul fiecărei secțiuni în parte
pentru a vedea totalul general.
Adunarea rezultatelor = totalul general = ratingul de cuplare.

Test pentru femei				
Secțiunea I		Rar	Uneori	Adeseori
1.	Dacă în viața mea apare un obstacol, pot găsi soluții pentru a-l depăși.			
2.	Pot râde de mine însămi.			
3.	Mă încadrez în parametrii Indicelui de Masă Corporală.			
4.	Pot râde cu ușurință de ce se întâmplă zi de zi și de obicei râd ușor.			

5.	Sunt o bună ascultătoare.			
6.	Când viața e grea, pot încă să mai găsesc prilejuri de a mă amuza.			
7.	Savurez din plin și râd la glumele făcute de bărbați.			
8.	Fac sport și/sau exerciții fizice în mod regulat.			
9.	Sunt atentă și ascult în liniște fără să mă pripesc în a trage concluzii.			
10.	Cei care mă cunosc ar spune că sunt cu capul pe umeri.			
11.	Îmi păstrez concentrarea pentru a duce o treabă la bun sfârșit.			
12.	Când mă aflu într-un grup de oameni de succes, mă simt cât se poate de în largul meu vorbindu-le.			
13.	Cei mai mulți oameni pe care îi cunosc sunt de părere că am un simț al umorului dezvoltat.			
14.	Oamenii care mă cunosc ar spune că sunt cât se poate de rațională.			
15.	Cum este înălțimea voastră prin comparație cu media în cazul femeilor?	Mai mare	Potrivită	Mai mică
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>				
Secțiunea a II-a		Rar	Uneori	Adeseori
16.	Îmi place să întâlnesc oameni noi și să-mi fac noi prieteni.			
17.	Am o piele bună și tenul curat.			
18.	Întotdeauna dau prioritate partenerului meu atunci când sunt și alți bărbați prin preajmă.			
19.	Sunt ușor de abordat și vorbesc liber altora.			
20.	Mă îngrijesc bine și am grijă de igiena personală.			
21.	Păstrez sub tăcere detalii despre iubiri și relații precedente.			
22.	Nu mă deranjează interesul bărbaților față de pornografie.			
23.	Am o atitudine pozitivă față de viață.			
24.	Sunt mândră de înfățișarea mea și iau măsuri ori de câte ori			

	m-ar nemulțumi.			
25.	Îmi iau un anumit răgaz înainte de a mă hotărî să fac sex cu un nou partener.			
26.	Știu cum să fac un bărbat să se simtă inteligent și important.			
27.	Fața mea este simetrică. (O jumătate se potrivește cu cealaltă.)	Nu	Destul	Da
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>				
Secțiunea a III-a		Rar	Uneori	Adeseori
28.	Fidelitatea față de partener este importantă pentru mine.			
29.	Am orgasme.			
30.	Am cel puțin un rând de lenjerie sexy.			
31.	Sunt creativă în ceea ce privește sexul și am inițiativă.			
32.	Am un raport între șolduri și talie de 70%.			
33.	Cu palma orientată către voi, priviți-vă degetul inelar. Este mai lung sau mai scurt decât arătătorul?	Mai scurt	La fel	Mai lung
34.	Arăți mai tânără sau mai în vârstă față de vârsta reală?	Mai în vârstă	Potrivit	Mai tânără
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>				

Scor total			
Secțiunea I	Rar	Uneori	Adeseori
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>			
Înmulțiți cu	1	2	3
Total — secțiunea I			

Secțiunea a II-a	Rar	Uneori	Adeseori
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>			
Înmulțiți cu	1	4	6
Total — secțiunea a II-a			

Secțiunea a III-a	Rar	Uneori	Adeseori
<i>Totalul bifărilor pentru fiecare coloană</i>			
Înmulțiți cu	1	6	9
Total — secțiunea a III-a			

Introduceți totalul fiecărei secțiuni în parte
pentru a vedea totalul general.
Adunarea rezultatelor = totalul general = ratingul de cuplare.

Punctajul și rezultatele

Rezultatele bărbaților: 46–109

Rezultatele femeilor: 34–77

Acesta este grupul cu ratingul cel mai scăzut. Cu toate acestea, acest grup are cele mai mari șanse de a-și spori ratingul de cuplare – singura cale este în sus, mai jos nu se poate! Cei mai slab cotați nu prea se preocupă de felul în care arată, de statutul lor, de abilitatea de a agonisi resurse, de sănătatea lor sau de sentimentul general de bunăstare personală.

Oamenii din această categorie își vor căuta parteneri tot din acest grup alături de care vor fi fericiți în viață – potențialii lor parteneri nu vor vedea nevoia de schimbare și probabil că oricum nici nu vor citi această carte.

Cineva plasat mai bine în această categorie, aflat aproape de limita superioară, este mai probabil să citească această carte și să fie gata de a-și îmbunătăți ratingul de cuplare, deoarece dorește o schimbare în viața personală.

Cei ale căror punctaje se încadrează în această categorie au prilejul de a-și spori ratingul de cuplare, îmbunătățindu-și acele zone unde știu că au punctat foarte puțin. Pot face un curs, pot citi cărți în domeniu, pot merge la sala de gimnastică, pot lua parte la seminarii etc. Acești oameni au nevoie de mai multă încredere și de încurajări pentru a se dezvolta și abordând pe rând câte o zonă deficitară, își pot păstra vie atenția și pot face progrese.

Rezultatele bărbaților: 110–215

Rezultatele femeilor: 78–150

Cei aflați în această categorie pot avea tendința să alunece înainte sau înapoi. Pot cădea cât se poate de mult, dar prin muncă și străduință se pot ridica foarte repede ajungând la rezultate mai bune. Cei mai mulți oameni se încadrează în această categorie.

Mulți vor fi foarte mulțumiți să se afle aici, deoarece numeroși parteneri posibili se află în această categorie. Este nevoie de eforturi susținute pentru a trece la nivelul următor, dar dacă cei aflați aici își doresc asta, o pot face. Parteneri de mai bună calitate se găsesc la niveluri mai ridicate.

În cazul în care cineva din această categorie este nemulțumit de felul în care arată, poate angaja un antrenor personal, poate lua parte la seminarii, să citească diferite cărți, să apeleze la serviciile unui stilist, să-și îmbunătățească sănătatea sau să se alătore unor cluburi și asociații ale comunității locale; se poate angaja în proiecte locale, poate participa la programe de instruire, își poate angaja un mentor sau un *coach* personal. Eforturile în această direcție se vor reflecta nu doar în viața personală, ci și în cea profesională, ceea ce va duce la venituri sporite și la un mai mare potențial de succes.

Rezultatele bărbaților: 216–258

Rezultatele femeilor: 151–180

Oamenii din această categorie sunt încrezători, indivizi siguri de sine care obțin întotdeauna ceea ce vor. Știu ce-și doresc de la viață și reușesc să obțină ceea ce caută. Rareori cineva din această categorie va ajunge la un nivel mai jos, asta în cazul în care nu intervine o criză majoră, dar chiar și așa nu va trece mult timp și acea persoană va pune la cale o strategie de a ajunge din nou unde a fost

cândva. Dacă membrii acestui grup au probleme, nu este nevoie să le spună cineva acest lucru; probabil că deja se iau măsuri pentru a le soluționa. Acești oameni sunt plini de resurse. În această categorie intră vedetele de cinema, milionarii, liderii lumii, directorii executivi, oamenii de afaceri de succes și cei mai doriți parteneri.

Rezumat

Oriunde v-ați afla din punct de vedere al ratingului de cuplare, țineți cont că nimic nu e bătut în cuie. Vă puteți îmbunătăți scorul acționând proactiv și impunându-vă noi obiective pentru a le spori altora interesul față de voi. Faptul că alții sunt interesați de voi ține mai degrabă de atitudinea voastră, de cum gândiți și de ceea ce faceți cu voi înșivă și cu viața voastră, decât de calitățile înnăscute. Dacă luați o hotărâre în acest sens puteți ajunge la aproape orice nivel de interes și vă veți spori în mod simțitor numărul partenerilor de calitate care vor deveni disponibili. Numeroși oameni sunt mulțumiți să rămână exact acolo unde se află în momentul de față, dar amintiți-vă că puteți atrage un partener pe termen lung care are un rating de cuplare similar cu al vostru. Dacă, totuși, veți dori parteneri mai buni, recitiți răspunsurile pe care le-ați dat la teste și veți ști ce e de făcut în continuare.

Cum să găsești un partener grozav

În 2009, populația globului era de 6 744 000 000 de locuitori, dintre care 50,5% bărbați și 49,5% femei; dintre aceștia, 3 800 000 aveau vârste cuprinse între 18 și 60 de ani. Presupunând că 80% dintre aceștia trăiesc în cele mai puțin dezvoltate țări din Lumea a Treia, sunt în închisoare, au probleme mentale sau pur și simplu nu sunt disponibili, rezultă că există 380 000 000 de oameni normali, de sex opus. S-a estimat că aproximativ o persoană de sex opus din 50 vi se potrivește – asta înseamnă că există 7 600 000 de oameni care vă pot face inima să bată cu putere atunci când le vedeți. Presupunând că numai o persoană din 5 are aceleași convingeri și valori fundamentale cu voi, asta înseamnă că există cel puțin 1 520 000 de parteneri perfecți care așteaptă, pe undeva, să vă întâlnească.

Găsirea unui partener perfect seamănă într-o măsură cu procesul de vânzări – e un joc al numerelor, și cu cât cunoașteți mai mulți candidați, cu atât este mai mare șansa de a găsi un mușteriu. În vânzări, un raport obișnuit pentru un

produs cu o valoare de aproximativ 1 000 de dolari este de 5:4:3:1. Asta înseamnă că pentru fiecare:

5 persoane avute în vedere

4 vor fi dispuse să vă întâlnească

3 vă vor asculta prezentarea

1 va spune „Da!“

Cei mai buni agenți de vânzări din lume nu-și vor pierde timpul căutând acea persoană care ar fi dispusă să cumpere; ei caută în schimb grupuri de câte cinci persoane pe care să le abordeze. Atunci când folosiți metoda „mediilor“, cumpărătorii nu vor întârzia să apară. Așadar, succesul unui agent de vânzări va depinde de cât de frecvent abordează grupuri de câte cinci potențiali cumpărători, nu de câți cumpără de fapt. Și astfel stau lucrurile și în cazul celor care își caută un partener și au succes în a-l găsi. Aceștia nu stau acasă așteptând să fie descoperiți; dimpotrivă, sunt activi și întâlnesc cât mai multe persoane cu putință. Simplu spus, fiți cât se poate de activi din punct de vedere social. După cum am demonstrat, există în lume peste 1 520 000 de potențiali parteneri perfecți, dar momentan aceștia nu știu de existența voastră. Trebuie să-i găsiți.

Rareori veți da peste domnul sau doamna Perfecțiune într-o cârciumă sau într-un club de noapte, deoarece acolo oamenii merg pentru aventuri trecătoare, nu pentru a stabili relații pe termen lung.

Alegeți ceva ce v-ar face plăcere să învățați – de exemplu, *scuba-diving* – apoi alăturați-vă unui club de profil și luați parte în fiecare weekend la ședințe. Veți învăța ceva nou și veți cunoaște o mulțime de oameni. Luați parte la un curs despre o temă care vă interesează de multă vreme, dar de studierea căreia nu v-ați apucat niciodată temeinic. Puteți învăța să pictați, să dansați, să faceți fotografii sau să vă familiarizați cu orice activitate pe care v-ar face plăcere să o experimentați. Veți întâlni persoane cu care veți putea stabili de îndată legături, deoarece aveți lucruri în comun. Astfel, cresc șansele de a face cunoștință cu oameni care au aceleași convingeri și valori fundamentale ca și voi. De asemenea, vă veți putea face prieteni de același sex, care pot fi excelenți intermediari care să vă facă cunoștință cu prietenii sau prietenele lor fără partener.

Ca și vânzările, găsirea unor parteneri este un joc al numerelor.

Nu vă alăturați niciodată unui club doar pentru a găsi un partener – dar nici nu vă limitați căutările. Ideea e să puneți la cale un plan și să vă țineți de el. Cu cât vă străduiți mai mult să-l puneți în aplicare, cu atât mai posibil va fi să găsiți partenerul ideal.

Cum să vă schimbați pentru totdeauna viața amoroasă

În cele ce urmează vă vom cere să preluați controlul asupra vieții voastre amoroase și să nu mai permiteți ca relațiile să se petreacă numai accidental. Ceea ce urmează să citiți vă poate schimba pentru totdeauna viața. Ați pus vreodată pe hârtie o listă de obiective pe care credeți că ați dori să le atingeți? Probabil veți răspunde afirmativ pentru viața profesională, pentru că afacerile nu pot supraviețui fără obiective scrise și ținte precise. Dacă aveți notate anumite obiective, veți ști că drumul către aceste obiective se materializează dintr-odată. Odată ce v-ați hotărât să cumpărați un anumit tip de mașină – să spunem o berlină albastră de la Toyota – de îndată ce v-ați decis exact ce vă doriți brusc începeți să vedeți în jur numai berline Toyota albastre, nu-i așa? Iată cum merg lucrurile – puteți urmări și asimila numai 5% din ceea ce se petrece în preajma voastră, altminteri creierul vostru ar fi copleșit de prea multe informații și nu ar mai putea face față. Astfel creierul vostru caută în mod activ numai lucruri care au legătură cu ceea ce vă preocupă, ignorând restul. Oricând vă hotărâți să întreprindeți un lucru sau să obțineți ceva, imediat veți începe să vedeți informații despre acel lucru în ziare, la televizor, în reviste, sau veți prinde frânturi relevante din discuțiile oamenilor. E ca și când ați citi o gazetă și ați fi în stare să jurați că ați citit-o din scoarță-n scoarță și apoi vine cineva și vă-ntreabă „Ai văzut povestea aia cu...?” și nu vă puteți aminti de așa ceva. Vă întoarceți la gazetă și descoperiți o întreagă pagină dedicată subiectului respectiv. Povestea nu făcea parte din lista priorităților voastre, astfel încât creierul vostru nu a observat-o.

Acum am dori de la voi să scrieți o listă a însușirilor și calităților pe care partenerul perfect ar trebui să le aibă. Nu faceți compromisuri. De ce să acceptați compromisuri dacă există peste un milion de parteneri extraordinari pe undeva prin lume, gata pentru voi? Trebuie, totuși, să vă păstrați realismul –

nu are rost să notați că vi-i doriți pe Brad Pitt sau Elle Macpherson, dacă nu sunteți gata să faceți pasul mai sus până la nivelul la care v-ar dori ei de parteneri. Unul dintre motivele care au condus la evoluția dragostei este că acest sentiment ne ajută să îndrăgim pe cineva a cărui inteligență, atractivitate, statut și rating general de cuplare se potrivesc alor noastre, și asta ne împiedică să urmărim pe cineva imposibil de obținut. Vă promitem că aceste lucruri – indiferent ce alegeți să treceți pe listă vor începe de îndată să apară în viața voastră și să fie atrase de voi ca de un magnet. Tehnica aceasta nu dă greș.

Abordarea lui Robert

Ca exemplu, iată o listă pe care Robert, unul dintre cititorii noștri, a scris-o în cadrul unui seminar condus de noi:

Înaltă, ochi albaștri, păr blond
Atletică, subțire, în formă fizică bună
Are un simț al umorului dezvoltat
Este îndrăzneță și va împinge limitele tot mai departe
Nu este materialistă
Ar fi o mamă grijulie
Mă vă pune întotdeauna pe mine pe primul loc
Este foarte versată în dormitor

Pentru Robert, această femeie ar fi partenera perfectă. Robert s-a simțit oarecum stânjenit când a pus pe hârtie această listă, dar era pregătit să încerce. El obișnuise să scrie liste detaliate cu obiective de afaceri, dar niciodată pentru a descrie o parteneră de viață (acesta este și motivul pentru care a mers de la o relație proastă la alta). Mai târziu, a recunoscut că după ce a completat această listă „perfectă” a început să vadă peste tot numai femei care se potriveau criteriilor lui, întocmai după cum le notase pentru a face portretul robot al femeii ideale – la fel cum s-a întâmplat și cu acea Toyota albastră. A păstrat la el lista respectivă vreme de doi ani, în tot acest timp întâlnindu-se cu femei care se potriveau criteriilor enumerate. Știm că dacă nu ar fi alcătuit lista respectivă în acea zi, probabil că n-ar fi dat niciodată peste blonda cu ochi albaștri alături de care are o căsnicie minunată de mai bine de șase ani.

„Mă afluam într-o cafenea, așteptând la tejghea când a intrat Fiona, spuse el. Inima mi-a stat în loc când am zărit-o și am simțit că încremenesc după ce am auzit-o vorbind. M-am scotocit în buzunar și am scos lista. Ea era femeia la care făcusem referire! Ea și-a luat apoi cafeaua și s-a așezat la o masă. Mi-am

luat inima-n dinți, m-am apropiat de ea și i-am zis: «Te-ar deranja dacă ți-aș ține companie câteva minute? Aș dori să-ți cer sfatul într-o privință.» Ea mi-a spus: «Cu plăcere!» și așa a început totul. Nu aveam habar ce să spun pentru că nu mai făcusem asta niciodată până atunci. I-am explicat că participasem la un seminar în cadrul căruia ni se ceruse să facem o listă cu trăsăturile partenerii ideale. I-am cerut să-și dea cu părerea despre lista mea. Din fericire, am schimbat ultima trăsătură din listă din *versată în dormitor* în *experimentată în dormitor*, în caz că mi-aș fi întâlnit iubirea vieții și i-aș fi arătat lista. Fiona a fost atât uluită, cât și flatată. Dacă nu aș fi scris lista și n-aș fi avut-o cu mine în acea zi, nu aș fi avut niciodată curajul să o abordez. Pur și simplu Fiona ar fi pășit în viața mea, pentru a o părăsi în scurt timp!“

Mama spunea că-i foarte simplu să-ți strunești bărbatul... N-ai decât să faci curat în sufragerie ca o cameristă pricepută, să gătești ca o bucătăreasă desăvârșită și să te porți ca o târfă în dormitor.

Jerry Hall

Dacă pe listă scrie că vă doriți o persoană cu părul roșcat, ochii verzi și pistrii, asta veți începe să vedeți prin preajmă. Ideea cu lista chiar funcționează. Faceți asta acum și încetați să vă mai numărați printre membrii clubului „celor îndrăgostiți din întâmplare“. Dacă veți întâlni accidental un partener minunat, foarte bine, dar nu lăsați hazardul să fie singurul plan relațional.

Ce și-a dorit Susan

O altă participantă, Susan, a întocmit lista următoare de calitate și însușiri pe care ar fi trebuit să le aibă partenerul ei ideal:

Înalt

Subțire

Păr negru

Ochi căprui

Constituție athletică

Iubește ieșirile în aer liber

Om de afaceri de succes

Iubește copiii

Adoră animalele

Nefumător

Romantic
Ambițios

Susan a plasat această listă pe frigider, luând cu ea o poșetă. Se uita la ea destul de frecvent. Asemenea altor situații în care îți fixezi o țintă, ar trebui nu doar să pui pe hârtie obiectivele și să le treci în revistă în mod constant, ci și să le comunicii prietenilor și ei vor începe să vadă cum se ivesc asemenea persoane. Tehnica listei vă va scuti mult timp și suferințe amoroase pentru că veți ști exact ce căutați, și dacă cineva pășește în viața voastră și nu se potrivește listei, nu vă veți pierde timpul cu persoana respectivă sperând că se va schimba. Dacă o persoană are, să spunem, 70% dintre calitățile pe care le doriți și simțiți că puteți trăi fără celelalte pe care nu le are, atunci alocați ceva timp pentru a reuși să cunoașteți mai bine persoana respectivă. Dar dacă nu are decât 20% din calitățile de pe listă, atunci mai bine o uitați și mergeți mai departe. Susan a recunoscut că după ce a scris lista, a fost uluită să constate cât de mulți bărbați care corespundeau criteriilor ei aproape că dădeau buzna peste ea, în supermarketuri, la sala de gimnastică, la televizor sau așteptând la semafor să traverseze strada. Creierul ei este programat să caute la un partener acele lucruri care sunt importante pentru ea. Acesta este motivul pentru care ideea funcționează.

În lista voastră ar trebui notate cerințele necesare de la un partener permanent. Dacă un potențial partener nu corespunde majorității criteriilor notate, mai bine căutați altundeva.

Cum să jucați jocul numerelor cu lista voastră

Graham Steele, autorul cărții *All the Best Ones Aren't Taken*, era unul dintre experții statisticilor și jongleriilor cu numere în vânzări și afaceri. Ajuns la vârsta de 50 de ani, singur, s-a hotărât să aplice formula numerelor în cazul a mii de site-uri de matrimoniale pentru a găsi partenerul ideal.

Rezultatele sale au fost atât de surprinzătoare, încât s-a hotărât să scrie o carte despre ce s-a întâmplat – și a întâlnit-o astfel pe dragostea vieții lui. În 2009, l-am întrebat pe Graham cum a aplicat jocul numerelor pe piața potențialilor parteneri și iată ce ne-a răspuns: „Mai întâi, am scris o descriere amănunțită a persoanei pe care o căutam. Mai fusesem însurat, avusesem și alte relații care

nu au mers, așa că m-am hotărât să-mi găsesc o parteneră perfectă și să nu mă mulțumesc cu oricare alta.“

Despre partenera perfectă, iată ce a notat Graham pe listă:

Vârstă 25-45

Înfățișare plăcută

În bună formă fizică și sănătoasă

Grijulie, iubitoare și atentă

Nefumătoare

Absolventă de universitate

Iubește muzica sau chiar cântă

Rațională și culturalizată

„După ce am scris această listă, am scris apoi o descriere personală, încercând să fiu cât mai cinstit cu putință, fără să exagerez cu nimic. Apoi mi-am ales o fotografie potrivită și am început să postez detalii pe site-urile matrimoniale din întreaga lume.

În foarte scurt timp nu mai pridideam să răspund tuturor mesajelor, dar atât timp cât speram să obțin rezultatul dorit, nu am pregetat s-o fac. Foarte repede am ajuns să petrec 60 de ore pe săptămână pe internet, timp de aproape trei ani, postând detalii, răspunzând la mesaje și stând de vorbă pe calculator cu nenumărate femei. Am întâlnit mulți ciudați, unii oameni cu adevărat săriți de pe fix, dar m-am distrat de minune.“

Vă prezentăm în cele ce urmează un rezumat al lucrurilor pe care Graham le-a făcut:

1. A vizualizat peste 20 000 de fotografii și descrieri pe site-urile matrimoniale.
2. A analizat cu atenție în jur de 1 000 de fotografii și descrieri complete ale unor femei. Asta înseamnă aproximativ 5% din totalul femeilor pe care le-a trecut în revistă.
3. Și-a trimis fotografia și descrierea acestor 1 000 de femei și 30% dintre ele i-au răspuns (cam 300).
4. Într-un email ulterior, le-a întrebat dacă își doresc copii – cele mai multe au răspuns pozitiv – vreo 285.
5. Apoi le-a răspuns acestor 285 de femei, introducând în scenă „factorul decisiv“ – spunându-le clar că el nu avea de gând să mai aibă copii, având deja trei. Aproximativ 60% dintre ele au renunțat.

6. Astfel i-au rămas la dispoziție aproximativ 100 de femei alături de care s-ar fi putut înfiripa o relație. Asta înseamnă 10% din totalul de 1 000 pe care le-a luat în calcul ca fiind partenere potențiale.
7. Cu fiecare dintre aceste 100 de femei a ținut legătura, comunicând și schimbând informații prin conversații pe internet, la telefon, sau prin emailuri. 38 dintre ele au acceptat să se întâlnească cu el și relațiile fie s-au consolidat, fie au fost abandonate.
8. Din aceste 100 de femei, a invitat 24 din țări străine pentru a veni în vacanță să-l cunoască (la Brisbane, Australia), cu condiția ca ele să-și plătească biletul de avion, iar el să achite toate celelalte cheltuieli; 16 au acceptat.
9. Cele care au acceptat erau, de asemenea, de acord cu ideea de sex premarital, astfel încât dacă era vorba de chimie la mijloc, ambele părți ar fi putut evalua potențialul de partener al celuilalt.
10. Femei au venit de pretutindeni (incluzându-le aici și pe cele 16 sosite din alte țări), și în mare măsură s-au simțit foarte bine. Unele au ajuns virgine și au plecat la fel – „alegerea mea“. Dacă nu apărea nicio chimie cu ele, era o pierdere de vreme.

„Dintre toate femeile pe care le-am întâlnit, Emma ieșea în evidență întru totul, chiar și înainte de a o cunoaște personal. Îmi amintesc perfect ziua în care Emma m-a contactat – era a doua zi de Paști și tocmai petrecusem opt ore studiind femei pe Match.com și răspunzând la sute dintre ele *chiar în ziua respectivă*. În cele din urmă, trei femei din acel grup au acceptat să vină să mă cunoască în Brisbane, și una dintre ele era foarte apropiată de idealul meu, mai puțin faptul că era cam îmbufnată și părea că va fi mult de lucru cu ea pentru a o da pe brazdă. Dar Emma era absolut perfectă. De îndată ce a sosit în Australia, amândoi am simțit chimia care era în joc. Foarte curând ne-am logodit, iar în anul următor ne-am căsătorit. Asta se întâmpla cu nouă ani în urmă.“ Când Graham a întâlnit-o pe Emma, el era un dezvoltator imobiliar de 50 de ani, chitarist și cântăreț. Emma era o chinezoaică de 29 de ani care avea o diplomă în contabilitate și care se potrivea perfect listei întocmite de Graham. Știa, de asemenea, să cânte la chitară și de atunci s-a apucat și de pian clasic. Atunci când i-am intervievat pe Graham și Emma, erau împreună într-o

căsnicie fericită de mai bine de nouă ani și vorbeau despre ei ca fiind perfect potriviți pentru a-și petrece împreună întreaga viață.

Am întrebat-o pe Emma cum se simțea la gândul că fusese rezultatul a ceea ce putea fi considerată de unii o relație rezultată în urma unei loterii. „Graham m-a ales să-i fiu soție din 20 000 de alte femei, spuse ea. Câte femei se mai pot lăuda cu așa ceva? Nu am nicio îndoială că sunt pe primul loc în viața lui Graham.“

„Emma este femeia pe care mi-am dorit-o dintotdeauna, zise Graham. Cei mai mulți oameni nu au o prea mare arie de selecție din care să-și aleagă parteneri – de aceea nu-și pot permite să fie atât de pretențioși în alegere așa cum am fost eu. Aveți nevoie de o listă scrisă cu ceea ce vă doriți și apoi pur și simplu lăsați numerele să-și facă treaba.“

Jocul numerelor și o listă alcătuită în prealabil chiar funcționează și apar rezultate. Ileana Cosânzeana și cavalerul pe cal alb există numai în basme.

Graham Steele

Deși abordarea lui Graham Steele li se poate părea exagerată unora, prin exemplul său el a demonstrat că atunci când ai o listă precisă, scrisă, a lucrurilor pe care le dorești de la un partener și când afirmi clar și răspicat ce ai tu de oferit, jocul numerelor își va face treaba la fel de bine și în dragoste ca și în afaceri.

Pe cine ar trebui să eviți

Persoana pe care nu v-o doriți sub nicio formă este una disperată, care resimte acut nevoia urgentă de a găsi un partener. Acesta era cazul generațiilor trecute de oameni și a funcționat perfect, deoarece speranța lor de viață era mult mai mică decât a noastră, aveau 6–12 copii și erau preocupați, în principal, de supraviețuire, nu de satisfacerea reciprocă a nevoilor emoționale. Există și în ziua de azi oameni care își doresc un partener doar din pricina presiunilor externe care se răsfrâng asupra lor, precum aceea de a-și mulțumi familia: „Am ajuns în acea etapă a vieții...“, „Probabil că a sosit vremea pentru mine să mă așez la casa mea...“, „Nu voi da peste altcineva mai bun...“, „Dacă nu mă căsătoresc cu el/ea mă va părăsi...“, „Asta ar putea fi schimbarea în viață pe

care o caut...“, „Trebuie să fac un copil până nu e prea târziu...“ și așa mai departe. Cu siguranță ați mai auzit toate acestea.

De asemenea, nu doriți să aveți de-a face cu genul de persoană posesivă și sâcâitoare, ușor de recunoscut prin aceea că trimit câte 20 de SMS-uri pentru a vă întreba unde vă aflați, care vă trimit cohorte de emailuri și cadouri sau că spun că nu pot trăi fără voi, sau că se află într-o relație nepotrivită și că vor să aibă o variantă de rezervă pentru a evada. Cu alte cuvinte, ar trebui să evitați pe oricine are de gând să vă facă pe *voi* responsabili pentru fericirea lor. Și așa este destul de dificil să-ți vezi de fericirea ta, fără a mai lua asupra ta și problemele altora.

Astfel de oameni vă vor face toate promisiunile convenite pentru a vă convinge că a fi împreună este spre binele vostru. Se aseamănă cu persoanele care cumpără superaparatură de tonifiere abdominală pe care l-au văzut cu o seară înainte în cadrul unui program de *teleshopping* – și în adâncul sufletului știu că e o pierdere de vreme și de bani și că foarte curând dispozitivul respectiv va ajunge să fie dosit sub pat.

Amintiți-vă că nicio relație nu este veșnică – cele mai multe vor fi amuzante și vor constitui o etapă intermediară către lucruri mai bune, de mai mare amploare. Priviți relațiile din acest punct de vedere și nu mai căutați perfecțiunea la fiecare dintre ele. Priviți fiecare întâlnire pe care o aveți drept ceva amuzant, vedeți în ele relații pe termen scurt care pot sau nu rezista pe termen lung.

Indicii despre domnul sau doamna Nepotrivit(ă)

În ansamblu, bărbații iubesc corpurile femeilor de orice forme sau mărimi, în vreme ce pentru femei trupurile bărbaților nu constituie una dintre cele mai acute priorități în cazul unui potențial partener. Oricine și-ar dori să arătați precum oamenii de pe copertele revistelor *Glamour Magazine* sau *Men's Health* nu vă vor dori pe termen lung pentru ceea ce sunteți cu adevărat. Acestea sunt, de obicei, persoane nesigure care au nevoie să poarte o geantă pe mână în public în care să-și înghesuie propriile nesiguranțe și lipsa respectului de sine. Totul se-nvârte în jurul lor, nu și al vostru. Numai un procent foarte mic de oameni pot avea nota zece din zece în ceea ce privește ratingul de cuplare de care am vorbit și aceștia sunt atrași de alții cu un rating similar. Cei mai mulți dintre noi nu suntem tocmai perfecți și astfel partenerul nostru ideal are la

rândul său propriile imperfecțiuni. De aceea, ne implicăm în relații pe termen lung și suntem atrași de aceia care au același rating de cuplare cu noi. Dacă, să spunem, cineva are un rating de șapte din zece, se va simți atras de cineva tot de șapte. Se prea poate să admire sau să tânjească după altcineva de nota zece, dar, în cele din urmă, se va mulțumi cu cineva care are același punctaj. Faptul că partenerii au defecte ca și noi îi face să pară mai reali și mai umani. După etapa apropierei reciproce, vă vor iubi mai mult tocmai din pricina acestor mici neajunsuri. Așa funcționează relațiile pe termen lung. De aceea, persoana care îți găsește mereu cusururi sau îți caută nod în papură nu ajunge în etapa atașamentului și *nu* e potrivită pentru voi.

Când chimia dă greș

Bella s-a alăturat unui nou club de tenis și era foarte amuzant să se afle printre oamenii pe care i-a întâlnit. Unul dintre cele mai mari puncte de atracție de la acel club era un tip drăguț pe nume Sam. Era sufletul petrecerilor, iar Bella și-a petrecut foarte mult timp încercând să-l cunoască mai bine. I s-a părut că bărbatul era cu picioarele pe pământ și că ei doi aveau multe lucruri în comun. Aveau aceleași convingeri filozofice și spirituale, amândoi preferau un stil de viață plin de energie, comunicarea dintre ei era excelentă, amândoi aveau cariere de succes, se descurcau foarte bine cu banii, amândoi își doreau copii până la vârsta de 30 de ani. Plus că el era foarte chipeș, iar Bella se dădea în vânt după zâmbetul lui.

Știa că și Sam este atras de ea tot atât de mult pe cât era și ea atrasă de el, dar el nu a invitat-o niciodată la o întâlnire – mereu erau alți oameni prin preajmă. S-a hotărât ca de Ziua Sfântului Valentin să îl invite ea pe el. L-a întrebat, iar el a acceptat cu entuziasm. Așa că ea a făcut rezervare la un restaurant, și-a cumpărat îmbrăcăminte nouă și era cât se poate de incitată la gândul că, în sfârșit, relația mergea mai departe la nivelul următor.

Ziua Sfântului Valentin a fost minunată, iar cina – cât se poate de romantică. Restaurantul închidea la miezul nopții, dar niciunul dintre ei nu și-ar fi dorit ca acea noapte să se sfârșească. Sam sugera să meargă împreună la o cafea, la el acasă – Bella a fost de acord. Așezați pe canapeaua din apartamentul lui, a luat-o pe Bella în brațe și a început să o sărute pătimaș. Dar Bella nu simțea nimic. Niciun strop de chimie. Nicio reacție. Parcă ar fi sărutat un calmar. Bella s-a hotărât atunci că era timpul să plece. Pe drum spre casă, Bella și-a dat seama că Sam era tot ce și-ar fi putut dori mai mult de la un bărbat, dar între ei pur și simplu nu era nicio chimie. Nimic. Se simțea întristată, deoarece credea că Sam ar fi putut fi bărbatul vieții ei, dar pur și simplu n-a fost să fie. Au rămas prieteni, dar nu au mai ieșit niciodată împreună.

Dacă nu există chimie față de cineva, relația voastră va fi întotdeauna una logică și rațională. Capacitatea de a produce o reacție chimică este cea care susține pe termen lung pasiunea și dorința. Există două tipuri de reacții chimice: naturale și artificiale. Pasiunea naturală survine atunci când factori adânc înrădăcinați în mintea noastră intră în joc, factori precum diferențele

între sistemele imunitare, feromonii, criteriile după care ne alcătuim harta personală a dragostei. Pasiunea susținută apare atunci când ambii parteneri se străduiesc să creeze un mediu propice pentru ca dragostea să înflorească.

Regula celor nouă procente

Psihologii evoluționiști Peter Todd de la Universitatea din Indiana și Geoffrey Miller (autorul volumului *The Mating Mind*) de la Universitatea din New Mexico au folosit o simulare pe calculator pentru a afla matematic cum alege cineva un partener dintr-o mulțime de 100 de oameni, să spunem, adunați la o petrecere. Cei doi au descoperit că după ce vom fi analizat 9 posibilități din cele 100, deja vom ști cam care ne sunt aspirațiile. Asta înseamnă că la o petrecere la care iau parte 100 de posibili parteneri, sunteți nevoiți să analizați cu atenție numai primele 9 persoane care vă ies la întâmplare în cale și veți și alege. Dacă analizați mai puțin de 9% dintre opțiuni, înseamnă că nu veți avea la dispoziție suficiente informații pentru a face o alegere bună; analizând mai mult de atât, vă veți spori șansele de a lua o decizie corectă. Din acest fascinant experiment reiese un mesaj limpede – dacă nu aveți tot timpul din lume la dispoziție, nu căutați la întâmplare pentru a alege un partener, pentru că fie se va isprăvi timpul, fie partenerii posibili. După ce veți fi luat în calcul 9% din oportunități, sunteți gata să luați o decizie.

Rezumat

Este nevoie de cel puțin un an de zile și de două-trei certuri mai serioase pentru a-ți da seama cum este cu adevărat cineva. Găsirea unui partener potrivit este un proces logic care ar trebui abordat întocmai la fel ca atunci când angajați pe cineva să vă coordoneze afacerile. Niciodată să nu vă luați angajamentul față de cineva atunci când vă aflați la începutul unei relații pentru că sunteți îndrăgostiți nebunește – și foarte probabil cei care au cuvântul sunt hormonii din voi. În cele din urmă, hormonii se potolesc și când se-ntâmplă asta rămâneți în fața adevărului crud și rece – este sau nu potrivită persoana de lângă voi pentru a vă fi partener o viață întreagă? Nu ar fi mai bine să faceți o asemenea evaluare *înainte* ca o nouă relație să avanseze mult prea mult?

E viața voastră și sunteți răspunzători pentru ea. Un mit grozav spune că „Dragostea adevărată se va ivi de unde nici nu te-aștepți și fără s-o cauți.“ Acest

clișeu învechit cu siguranță vă va împiedica să acționați pozitiv în ceea ce privește viața voastră amoroasă, așa că mai bine uitați-l. Scrieți o listă a calităților minime pe care le doriți de la un partener și țineți-vă de ea. Nu vă aruncați cu capul înainte, angajându-vă față de cineva alături de care abia ați început o relație, și nu vă mulțumiți cu a doua opțiune – de asemenea, nici nu îngăduiți să vă plaseze cineva pe locul al doilea. Dacă simțiți că o persoană are acel ceva în stare să vă facă viața mai ușoară și mai amuzantă, încurajați relația respectivă. Dacă ingredientele acestea lipsesc, și totuși, vă simțiți bine, continuați relația până când plăcerea se domolește și apoi mergeți mai departe și căutați o alta. Niciodată însă nu vă folosiți de cineva drept un stadiu intermediar până când „persoana potrivită va apărea în peisaj” – o asemenea abordare duce mai mult la durere decât la plăcere, vă împiedică să vă concentrați asupra a ceea ce doriți cu adevărat și reprezintă un abuz față de cealaltă persoană.

Scrieți o listă amănunțită cu exact acele lucruri pe care le căutați la un partener ideal și apoi deveniți cât mai activi din punct de vedere social pentru a cunoaște cât mai mulți oameni cu putință. Jucați jocul numerelor. De ce să vă mulțumiți cu puțin când chiar în acest moment există în lume aproximativ 1 520 000 de parteneri perfecți pentru voi? Dar trebuie să deveniți activi și să ieșiți în lume printre ei. Nu așteptați să vă descopere alții.

Veți fi nevoiți să sărutați nenumărate broaște până veți da peste prințul sau prințesa vieții voastre. Trebuie să acționați cu consecvență și să vă urmăriți visul și pentru asta este nevoie de muncă din greu. Începeți chiar acum – așterneți pe hârtie lista personală.

*Mulți cred că undeva există un partener perfect pentru ei, care îi așteaptă.
Adevărul este că pentru fiecare dintre noi există peste 1 520 000 de parteneri
perfecți.*

- Aflați care este ratingul vostru de cuplare și căutați parteneri cu același rating de cuplare ca și voi.
- Angajați-vă să găsiți persoana potrivită – scrieți o listă și țineți-vă de ea.
- Dacă nu este potrivită chimia, mergeți mai departe.

- **Nu renunțați! Există pe acolo, pe undeva, numeroase persoane perfecte pentru voi.**

CAPITOLUL 8

15 mistere despre bărbați pe care femeile nu le înțeleg



Informațiile cuprinse în următoarele două capitole vizează bărbații și femeile, impulsurile, dorințele și obsesiile lor. Probabil că pe cititoarele femei le vor surprinde, șoca sau poate chiar înfuria anumite detalii despre bărbați. Este important să înțelegeți că vorbim pe șleau despre aceste lucruri, fără a le încerca să le ambalăm într-o formă plăcută, corectă politic sau pe care și-ar dori cineva să o audă. Atunci când aveți o înțelegere apropiată de realitate a acestor lucruri, traiul alături de un reprezentant al sexului opus devine mai simplu și mai ușor.

Sunt multe lucruri care îi irită, îi nemulțumesc sau chiar îi supără de-a binelea pe bărbați la femei, dar în capul listei se află sexul. Bărbații vor sex oricând se poate, de cele mai multe ori întotdeauna. Există nenumărate statistici care demonstrează că un bărbat de 40 de ani se gândește la sex o dată la 4 minute, în vreme ce unul de 18 ani o face o dată la 11 secunde. Cercetătorii de la Institutul Kinsey din cadrul Universității din Indiana afirmă că 54% dintre bărbați se gândesc zilnic la sex, 43% o fac de câteva ori pe săptămână sau pe lună, iar 4% o dată pe lună sau chiar mai rar. Pe de altă parte, despre femei se crede că se gândesc numai rareori la sex – și atunci numai când nu au nimic altceva la care să se gândească.

Sexul adeseori reprezintă originea tensiunii care se ivește între bărbați și femei, atât în cadrul relațiilor, cât și în afara lor. Toate cercetările au evidențiat faptul că sexul este singurul factor major care intervine în cuplurile care au probleme, fie că este vorba de niveluri diferite de dorință, fie de o lipsă de sincronizare a dorinței între parteneri, fie de faptul că unul dintre membrii cuplului pur și simplu nu prea se mai dă în vânt după celălalt. Când vine vorba de plângeri cu privire la sex, bărbații de obicei spun că e prea puțin, în vreme ce femeile pretind că e prea mult. Întrebarea este dacă lipsa sexului duce la o relație proastă, sau o relație proastă conduce la mai puțin sex? Răspunsul: ambele variante.

E rezonabil să presupunem că instinctele erotice ale bărbaților rămân constante, indiferent de generație, iar negarea acestui fapt înseamnă că formele de manifestare ale acestor instincte pun presiune pe relații. Dacă strângem cu putere un balon, nu înseamnă că eliminăm tot aerul; efectul este că același volum de gaz se deplasează către o altă zonă, schimbând forma balonului.

1. De ce se trezesc dimineța bărbații având erecție

Orice femeie care a avut vreodată o relație amoroasă cu un bărbat știe că nu are nevoie de un ceas deșteptător pentru a se trezi dimineța – în schimb, pe măsură ce soarele se ridică pe cer, la fel se întâmplă și cu penisul lui, iar ea va simți că o înghiontește în spate. Acest lucru are două cauze. În primul rând, nivelul testosteronului la un bărbat este cel mai înalt la răsărit, chiar înainte de a se pregăti să plece pentru o nouă zi de vânătoare și este cel mai coborât la apus. Natura îi asigură posibilitatea de a-și mai trece încă o dată genele mai departe înainte de a porni într-o nouă aventură – din care poate că nu se va mai întoarce. În al doilea rând, nervii erectili care fac astfel încât penisul să ia poziție de drepti sunt localizați în jurul prostatei, care se află imediat sub vezica urinară. O vezică urinară plină apasă asupra acestor nervi care astfel provoacă erecția penisului. Deoarece un bărbat nu este stârnit dimineța nici psihologic, nici vizual, cel mai bun lucru la care se poate aștepta o femeie în zori este o partidă de sex foarte rapidă – Mama Natură desăvârșindu-și astfel sarcina matinală.

Bob se trezi pe la 6 dimineața simțind cum nevasta îl împungea în spate cu o coadă de mătură. „Ce se petrece?” întrebă el. Ea îi răspunse: „Uite, să vezi și tu cum e!”

2. De ce pentru bărbați sexul poate fi sex și atât

Profesorii Raquel și Ruben Gur de la Școala de Medicină din cadrul Universității din Pennsylvania, pionieri ai radiografierii prin rezonanță magnetică, au arătat cum comisura anterioară, care face legătura dintre emisfera stângă și cea dreaptă a creierului, este cu 12% mai mică la bărbați decât la femei, iar corpul calos – cel care permite schimbul de informații între emisferele cerebrale – are cu 30% mai puține legături la bărbați decât la femei. Aceste diferențe explică de ce bărbații sunt mai buni atunci când lucrează la un singur lucru, pe rând. Imaginați-vă că mintea unui bărbat arată ca un fagure de miere cu mici încăperi, fiecare depozitând o anumită abilitate care funcționează independent de celelalte. Astfel bărbații dobândesc capacitatea de a face întotdeauna „câte un lucru pe rând” și de aceea se pot concentra mai intens asupra sarcinilor unice decât femeile. Având un astfel de creier „unidimensional”, bărbații se pot concentra *fie* asupra sexului, *fie* asupra dragostei. Sexul poate fi sex și atât, iar dragostea-i dragoste – și din când în când cele două se petrec împreună. Acest fapt le permite bărbaților să facă un lucru de neînțeles pentru femei: să facă sex cu femei pe care nu le plac.

E grozav să fii bărbat, pentru că asta nu te împiedică să faci sex extraordinar cu femei care nici măcar nu-ți sunt pe plac.

Pentru un bărbat, sexul poate fi sex și atât, iar apoi să uite complet experiența. Nu are nevoie să-și reamintească nimic, nici să discute despre asta, mai puțin dacă nu cumva se fălește în fața prietenilor lui. Când un bărbat și-a înșelat partenera, iar aceasta îl întreabă de ce a făcut-o, iar el răspunde că „A fost numai sex”, probabil că spune adevărul. Creierul bărbaților pot compartimenta activitățile, categorisind sexul la fel ca orice alt lucru, precum bărbieritul, de exemplu – după ce te-ai bărbierit o dată nu te mai gândești la asta până data viitoare. Dar pentru o femeie un răspuns de genul „A fost numai

sex“ nu este credibil. Pentru ea, dragostea și sexul se aprind reciproc la nivelul creierului și fiecare este urmarea firească a celuilalt.

Pentru o femeie, sexul este rareori doar sex – trebuie să existe un sentiment de vreun fel la mijloc. Dacă nu există, atunci probabil că ea se folosește de sex pentru a-și spori stima de sine. Chiar și în cazul în care o femeie resimte nevoia de a avea parte de plăceri trupești, ea tot va căuta un bărbat care pare măcar cât de cât potrivit cu lista ei de potențiali parteneri. Nu așa stau lucrurile cu un bărbat – când îl apucă dorința amoroasă, acesta nu are nevoie decât de ceva cu o gaură-n mijloc. Pentru bărbați, nu este neapărat nevoie ca dragostea și sexul să se petreacă împreună.

În adâncul minții lor, cele mai multe dintre femei par să înțeleagă această realitate, și totuși, se enervează când comportamente ale bărbaților de tipul „sex-și-atât“ ies la iveală: aruncă ocheade altor femei, citesc cataloage de lenjerie, privesc producții pornografice; atunci femeile se plâng că el „nu vrea de la mine decât sex“ sau are pretenții „deșucheate“.

Bărbații nu pot face dragoste și vorbi în același timp. Așadar, doamnelor, vă rugăm, fără pălăvrăgeală.

3. Încăperea „nimicului“

După cum am afirmat deja, creierul bărbatului se aseamănă cu un fagure de miere cu mai multe încăperi, iar fiecare dintre aceste încăperi are propria sa funcție specială. Într-o încăpere se află abilitățile spațiale, în alta funcția vorbirii, într-alta dragostea și tot așa. Dar majoritatea bărbaților au o încăpere pe care numeroase femei nu o au și nu o înțeleg – i se spune „Încăperea nimicului“. Numele descrie perfect ce se petrece aici – nimic. Nu doar că este goală, dar se și numără printre încăperile favorite ale bărbaților. Acesta este locul în care se refugiază mintea unui bărbat atunci când se duce la pescuit, se uită la televizor sau pur și simplu stă în fotoliu cu o figură împietrită. „Încăperea nimicului“ are un scop precis – acela de a regenera energia mentală. Un bărbat are nevoie de cinci-șase vizite scurte în fiecare zi în această încăpere pentru a-și recăpăta energia. Femeile nu au această nevoie cerebrală, astfel încât atunci când un bărbat traversează această stare, ea-l întreabă „La ce te gândești?“ Atunci când el va răspunde sincer, „La nimic“, femeia va vedea în

asta o minciună, fiind convinsă că el îi ascunde lucruri. El credea că își va limpezi mintea vreo zece minute și când colo se pomenește în mijlocul unei răfuieli despre „gânditul la nimic“. Când un bărbat afirmă că nu se gândește la nimic, de obicei chiar așa stau lucrurile. În acele momente nici nu aude nimic, așa că nu discutați ceva important cu el – mai bine scrieți-i un bilet.

4. De ce sunt bărbații obsedați de sâni femeilor

Femeile de pretutindeni sunt uluite de obsesia pe care o au bărbații cu privire la sâni. Operațiile de mărire de sâni se numără printre cele mai frecvente la ora actuală și acest lucru arată cât de departe sunt dispuse femeile să meargă pentru a atrage atenția bărbaților.

Numai femelele umane au funduri și sâni. Restul femelelor de primat au glandele mamare în interiorul pieptului și sfârcuri foarte lungi pentru a hrăni puiul. Mare parte din țesutul de la nivelul sânilor unei femei o constituie grăsimea, ceea ce aparent nu are niciun scop – sau are? Asemenea majorității mamiferelor, cândva masculii umani se împreunau cu femelele pe la spate, formele pline ale fundurilor acestora acționând ca un soi de semnal pentru acuplare. Acum că oamenii sunt bipezi și stau față-n față, semnalul pe care pe vremuri femelele îl transmiteau prin formele posteriorului s-a mutat pe piept, sâni mimând formele rotunjite ale feselor pentru a-i atrage pe masculi. Poate că nu sunt conștienți de asta, dar din această pricină femeile poartă sutiene cu *push-up* sau își fac operații estetice pentru a-și mări pieptul. În cartea *The Definitive Book of Body Language* am prezentat cum am condus o serie de teste fotografice în cadrul cărora bărbaților li s-a cerut să facă diferența între curbura feselor și curbura sânilor – niciunul nu a fost în stare să facă această deosebire, dar cu toții au găsit că imaginile acelor curburi erau foarte incitante.

Așadar, doamnelor, ar trebui să-i încurajați pe bărbați să se holbeze la sâni? Nu, nu este cazul. Bărbatul nu are nevoie de încurajări. Se uită oricum.

5. De ce bărbații nu le vor spune femeilor adevărul în privința sexului

Pentru a evita conflictele, cei mai mulți dintre bărbați le spun femeilor exact ceea ce vor ele să audă. Pe măsură ce aceștia înaintază în vârstă și sunt mai experimentați, le este tot mai ușor să le mintă pe femei cu privire la dragoste și sex. Nu e vorba de faptul că bărbații ar vrea să mintă, ci că adeseori femeile

sunt nefericite dacă aud adevărul atunci când pun o întrebare. Deși cei mai mulți dintre bărbați vor nega acest fapt, au ajuns să se priceapă foarte bine la a le minți pe femei, iar doamnele îi încurajează să intre în acest joc. Din punctul de vedere al unui bărbat, o minciună nevinovată, un adevăr rostit pe jumătate sau o replică credibilă, de pildă, aceea că partenera este singura femeie din lume cu care și-ar dori să facă sex, reprezintă de obicei o opțiune sigură care îi va garanta că nu va fi expedit să doarmă singur pe canapea în sufragerie. Totuși, când o altă femeie trece pe lângă el cu sânii la vedere, creierul unui bărbat este astfel construit încât să accepte stimulul vizual, secretând dopamină care generează o temporară stare de bine. Corpul lui este construit în mod special pentru un asemenea gen de reacție și asta nu are nimic de-a face cu sentimentele lui sau cu dragostea pe care i-o poartă partenerei. Când partenera îl acuză că trage cu ochiul, de cele mai multe ori prima lui reacție este de a minți și de a nega. „Draga mea, nu mă uitam“, „Ești mult mai atrăgătoare decât ea“, „De ce m-aș uita la una ca aia când te am pe tine?“ și tot așa – ați mai auzit placa asta. Când o femeie continuă cu acuzele pe acest drum, îl obligă pe bărbat să mintă pentru a evita consecințele negative care s-ar putea abate asupra lui și pentru a-i proteja ei sentimentele.

„Nu mă uitam, dragă, la sânii ei, doar îmi obturau privirea!“

Interesant este că studiile despre minciuni și înșelătorii pe care le-am adus în discuție în volumul *El e cu minciuna, ea vorbește-ntruna* arată că trei din patru femei recunosc că au mințit bărbați pentru a obține diferite avantaje. În timp ce 73% dintre femei afirmă că au flirtat cu un bărbat sau i-au dat acestuia de înțeles că s-ar putea să-i ofere favoruri sexuale în schimbul unor beneficii, numai jumătate dintre bărbați au recunoscut că și-au dat seama de minciunile cu care erau „îmbrobodiți“. În schimb, 71% dintre bărbați recunosc că au mințit o femeie pentru a face sex cu ea, de pildă, exagerând cu laudele despre cât de importantă este o femeie în viața lor, sau spunând „Iubesc...“ când lucrurile nu stau așa – dar 97% dintre femei recunosc că au fost conștiente că li se vindeau gogoși.

Dacă o femeie îl încurajează pe un bărbat să mintă cu privire la lucruri mărunte, foarte curând acesta va începe să mintă și cu privire la alte chestiuni, mai importante. Și fie că admit asta sau nu, femeile se simt mai sigure când

bărbații le mint cu privire la sex. Bărbații au învățat foarte repede că dacă ridică în slăvi valoarea unei femei, ea va rămâne mai multă vreme prin preajmă și va fi loială.



Cele mai mari zece minciuni despre dragoste și sex pe care bărbații le spun femeilor

Următoarele minciuni sunt folosite de bărbații de pretutindeni și sunt spuse femeilor atunci când consecințele recunoașterii adevărului ar fi prea grave. Dintre femeile pe care le-am rugat să comenteze aceste minciuni, 75% au afirmat că bărbatul lor nu a rostit niciodată așa ceva, și totuși, 85% dintre bărbați recunosc că au rostit măcar una dintre aceste minciuni la un moment dat, într-o relație trecută.

1. **„Nu te-aș înșela niciodată.“** Dacă Beyoncé i s-ar arunca goală la picioare, cu siguranță că și-ar revizui opiniile. Nu înseamnă că ar și face-o, ci doar că ar lua în calcul posibilitatea, iar cercetările arată că jumătate dintre bărbați ar trece la acțiune. Negarea este o opțiune sigură, deoarece oricum asemenea ocazii se ivesc rareori.
2. **„Nu m-aș duce niciodată/nu am fost niciodată la un club de striptease.“** Dat fiind că asupra bărbaților planează numeroase mijloace de control, care au la origine atât femeile, cât și societatea, ei cu siguranță nu ar recunoaște un asemenea lucru. Și da, bărbaților le-ar face plăcere să facă sex cu acele stripteuze.
3. **„Nu-mi plac chestiile de genul ăsta.“** Bărbații folosesc această minciună drept răspuns la repulsia unei femei față de anumite comportamente sexuale mai deșucheate pe care ea le-a văzut la televizor, sau la întrebarea privind ce-și dorește el de la sex. Realitatea este că lui i-ar plăcea la nebunie să încerce acele lucruri.
4. **„Niciodată nu mi-a trecut prin cap să mă culc cu prietenele tale.“** Nuuu, și mai ales nu cu aceea cu un corp athletic și sâni mari. Mereu se gândește la asta, chiar și cu prietenele voastre mai urâte. Nu înseamnă că o va și face, înseamnă doar că se gândește la asta, fie că vă place sau nu.
5. **„Nu mă interesează pornografia.“** Da, cum să nu. Așadar, este singurul bărbat de pe fața pământului care nu a accesat niciodată industria de multe miliarde de dolari care este pornografia pe internet. Se estimează că 68% dintre paginile web accesate sunt ale unor site-uri porno, și totuși, el nu a văzut niciodată unul? Mai lesne e să crezi în Moș Crăciun decât într-o asemenea gogoriță...
6. **„Nu mi-am închipuit niciodată cum mi-ar face puicuța aia de la recepție un sex oral.“** Ei bine, nu de când a văzut-o ultima oară. Faptul că voi o numiți „pipiță ieftină“ nu face altceva decât să o facă și mai atrăgătoare în ochii lui, deoarece e mai probabil să facă sex cu el.
7. **„Aș renunța cu dragă inimă la viața mea pentru tine.“** Nu, nu ar face-o, dar în schimbul unor partide constante de sex, ceva îngrijire mămoasă, mâncare gătită și o casă curată, plus bătăi de cap minime, ar accepta până la o viitoare notificare.

8. „Nu mă gândesc cum aş face sex cu fiecare femeie care-mi iese-n cale.“ Nu doar că în mintea lui le dezbracă pe toate femeile pe care le întâlneşte, ci îşi mai închipuie şi întregul repertoriu de poziţii pe care le-ar încerca cu ele şi uneori se gândeşte la el chiar când face sex cu tine. Cu siguranţa va nega afirmaţia asta.
9. „Nu te-aş minţi niciodată.“ Îţi va spune orice este necesar pentru a evita lacrimile şi conflictele cu tine. Dacă îl prinzi cu mâţa-n sac, îţi va spune că a fost nevoit să te mintă pentru că nu ai fi suportat să auzi adevărul.
10. „Nu mă uitam la sânii ei.“ Cu siguranţă se uita la ei, dar minte pentru că nu vrea să aibă de-a face cu tine. Femeile nu îndură adevărul, vă amintiţi?

Bărbaţii ar dori să le spună femeilor adevărul gol-goluţ cu privire la sex, dar nu vor să înfrunte consecinţele pe care le-ar stârni dacă ar proceda astfel.

Orice femeie care-i citeşte unui bărbat minciunile de mai sus în mod obișnuit va auzi din partea acestuia un singur răspuns: „Nu! Nu-i adevărat în cazul meu! Autorii s-au înșelat în privința mea.“ Nu... ne-am făcut temele și am întreprins cercetări, ca să nu mai spunem că unul dintre noi (dintre autori) este bărbat. Cei mai mulți dintre bărbați ar recunoaște adevărul despre aceste minciuni, ba chiar ar spune glume despre ele prietenilor, dar nu ar sufla o vorbă femeilor de la care ar putea obține vreun beneficiu.

Pe scurt, majoritatea bărbaților vor face și vor spune tot ce este necesar pentru a le face fericite pe femei, pentru a fi siguri că sunt relaxate și pentru a avea parte de mai mult sex. Vor oferi din plin șarm, sinceritate, complimente, atenție, bunătațe și momente romantice pentru a capta atenția unei femei și pentru a o prinde în laț. Această însușire masculină poate fi văzută de femei drept o formă de nesinceritate, de conspirație și de manipulare, dar bărbații văd în asta un soi de autoapărare. Nu e nimic bun sau rău aici – pur și simplu așa merg lucrurile, așa că mai bine acceptați realitatea și trăiți mai departe alături de bărbați tolerându-le aceste comportamente. Ideea principală care se desprinde de aici este că o relație se bazează întotdeauna pe schimbul de bunuri și servicii.

6. De ce iubesc bărbații femeile cu forme rotunjite

Imaginea de „clepsidră“ a fost în centrul atenției artiștilor de mii de ani și ceea ce contează de fapt sunt liniile și formele rotunjite ale femeii și nu greutatea ei sau conținutul de grăsime corporală.

La pubertate, o creștere a nivelurilor de estrogen duce la acumularea de țesut adipos pe șolduri și în partea superioară a coapselor la fete, acesta urmând a reprezenta o sursă de hrană în cazul în care ar apărea momente dificile sau pentru a alăpta. Realizând o serie de 12 teste, psihologul Devendra Singh a descoperit că un raport dintre șolduri și talie cuprins între 0,67 și 0,8 e un indicator precis al capacității de reproducere a unei femei și este, prin urmare, raportul cel mai atrăgător pentru bărbați. Acest procent înseamnă că talia unei femei măsoară 70% din cât măsoară șoldurile ei. În aceste studii, Singh a evaluat cât de atrăgătoare erau anumite imagini de femei pentru bărbați și s-a descoperit că, indubitabil, raportul de 0,7 era cel mai atrăgător, indiferent cât de multă grăsime corporală avea o femeie. Cu alte cuvinte, chiar dacă o femeie era supraponderală, ea încă era văzută ca fiind atrăgătoare dacă avea proporția potrivită.

Singh a analizat posterele centrale din revistele *Playboy* din ultimii 30 de ani și a descoperit faptul că, deși fotomodelele au devenit tot mai slabe de-a lungul anilor, proporția de 70% dintre șolduri și talie rămânea o constantă. Atât raporturile de peste 70%, cât și cele de sub 70% indicau niveluri mai scăzute de sănătate și fertilitate. Un raport nepotrivit însemna că o femeie avea semnificativ mai puține șanse de a rămâne însărcinată și de a duce mai departe genele unui bărbat.

Am analizat tablourile marilor maeștri și am descoperit că, deși femeile pe care le zugrăveau aceștia erau cu mult mai planturoase decât modelele din ziua de azi, raportul de 70% dintre talie și șolduri rămânea o constantă.

Într-un studiu desfășurat în Marea Britanie, la care au luat parte 500 de persoane, 87% dintre bărbați au afirmat că preferau o femeie cu linii rotunjite ale trupului și care să aibă greutatea potrivită pentru înălțimea ei, iar marea majoritate a bărbaților preferau o femeie cu forme unele slabe. Numai 8% au ales femei „foarte slabe, aproape numai piele și os“, în vreme ce 92% au preferat femeile „voluptuoase“. Interesant este că răspunsul a fost aproape identic în rândul femeilor, 88% dintre acestea fiind de părere că femeile planturoase îi excitau mai mult pe bărbați decât cele slabe. Așadar, când vine

vorba de un corp feminin atrăgător, din punctul de vedere al bărbaților, forma contează, nu greutatea.

7. De ce se aseamănă punctul G cu un OZN

Un OZN este genul de obiect mitic de care majoritatea bărbaților au auzit, dar pe care nu a fost în stare să-l găsească niciunul. Punctul G reprezintă o zonă de terminații nervoase grupate pe o suprafață de aproximativ 3 centimetri pătrați, localizată de obicei în partea din față și în zona superioară a vaginului. Este locul în care se intersectează terminațiile nervoase ale clitorisului, și în vreme ce la unele femei este deosebit de puternic, la altele poate fi slab sau complet nesemnificativ. A fost „descoperit“ de dr. Ernst Grafenberg, în 1950, fără ca acesta să menționeze vreodată cum a făcut descoperirea respectivă. Din pricina localizării în partea din față și superioară a vaginului, o poziție pe la spate reprezintă modalitatea cea mai bună pentru ca locul respectiv să fie stimulat de către penis.

Cea mai frecventă poziție de sex pentru cuplurile de parteneri căsătoriți este cea doggy-style, pe la spate. Soțul stă deasupra și face pe milogul. Femeia se rostogolește dedesubt și face pe mortul.

Din cauza faptului că majoritatea bărbaților nu prea au habar cum stau lucrurile cu punctul G, este de datoria femeilor să-i învețe despre ce este vorba și ce-i de făcut cu acel loc.

8. De ce este atât de important pentru bărbați ca femeile să fie cele care inițiază sexul

Abordarea unei femei implică riscuri foarte mari, iar majoritatea bărbaților au egouri extrem de fragile, din punctul lor de vedere respingerea reprezentând un eșec personal. Dacă este refuzat de o femeie, un bărbat se poate simți zdrobit. În regnul animal, este de ajuns pentru cei mai mulți masculi să-și arate organele sexuale în fața femelelor pentru a se ajunge la sex. În cazul animalelor, rareori se întâmplă ca femelele să râdă, să se întoarcă sau să pretindă că au o migrenă. Cu toate acestea, bărbații trebuie să se confrunte frecvent cu astfel de forme de respingere și experiența nu îi ajută să poată depăși mai lesne refuzul. Din acest motiv celor mai mulți dintre bărbați le-ar face plăcere ca femeia din viața lor să fie cea care face primul pas mai des. Asta le ușurează sentimentul de

obligație de a iniția sexul și îi face să se simtă doriți și importanți. Bărbații pot adeseori obține acest lucru purtându-se mult mai atent și arătându-se mai iubitori față de femeile din viața lor, fapt ce le va face de obicei mai înclinate să inițieze ele sexul. Dacă bărbații ar fi apelat la mijloace mai subtile, ar fi sfârșit prin a obține mult mai des ceea ce-și doresc decât atunci când pur și simplu pretind un anumit lucru.

Bărbatul se aseamănă cu un vin bun. La început e neprelucrat, asemenea strugurilor, și este treaba unei femei să-l pistoneze și să-l țină la întuneric până ce ajunge la maturitate și ar fi plăcut pentru ea la cină.

Celor mai multe dintre femei le-ar plăcea ca bărbații să priceapă aluzia, dar puține dintre ele le spun asta direct. Femeile par să fie convinse că, într-un fel sau altul, bărbații le vor descifra indiciile subtile, dar adevărul este că aceștia sfârșesc prin a fi și mai confuzi.

9. De ce o încurcă atât de rău bărbații prin baruri de noapte

Femeile care dansează provocator prin barurile de noapte fac asta pentru a le da de înțeles bărbaților că ar putea fi disponibile pentru persoana potrivită. Cu toate acestea, bărbații înțeleg de aici că ele ar fi disponibile pentru oricine. Acest fapt produce o zonă majoră de conflict din pricina diferitelor modalități ale bărbaților și femeilor de a percepe disponibilitatea unei femei. Problema este că bărbații acționează pornind de la presupunerile pe care le fac și este foarte probabil să considere că dacă o femeie se arată prietenoasă este semnul disponibilității sexuale. Acest lucru este confirmat de studii care datează încă din 1982, conduse de dr. Antonia Abbey, de la Departamentul de Medicină Comunitară din cadrul Wayne State University din Detroit, precum și de cercetările întreprinse ulterior de psihologii Saal, Johnson și Weber de la Kansas State University. Folosindu-se de actori, aceștia au condus un experiment în cadrul căruia o tânără angajată făcea o vizită în biroul unui bărbat mai în vârstă pentru a discuta despre termenul de finalizare al unui proiect. Actorilor li s-a cerut să se poarte prietenește, dar sub nicio formă să nu flirteze în vreun fel. Subiecților li s-a cerut să privească înregistrările video și să evalueze intențiile actorilor. Femeile care au privit interacțiunea respectivă au afirmat că femeia-actor încerca doar să fie prietenoasă (92%) și nu sexy sau

seducătoare (27%). Bărbații o percepeau, de asemenea, a fi prietenoasă (87%), dar în același timp o vedeau a fi sexy sau seducătoare (55%). Cu alte cuvinte, este de două ori mai probabil ca bărbații să bănuiască intenții sexuale acolo unde nu sunt și să acționeze pornind de la această presupunere. În termeni evoluționiști, această strategie are o noimă, pentru că dacă bărbații nu se înșelau fie și măcar uneori, șansele lor de a-și duce mai departe genele erau mai ridicate. Un alt studiu a arătat că dacă un bărbat vede că o femeie are un prezervativ în poșetă, bănuiala lui că aceasta ar avea anumite intenții sexuale crește de patru ori. Majoritatea femeilor sunt conștiente de această „supraevaluare“ a bărbaților și o pot exploata pentru a obține diferite beneficii. De obicei, se spune că-i joacă „pe degete“ pe bărbați.

10. Când este gata un bărbat să-și ia angajamente sau să se căsătorească?

În termeni biologici simpli, bărbatul de secol XXI va deveni domnul Potrivit atunci când nivelul lui de testosteron începe să scadă. Asta se întâmplă în jurul vârstei de 27 de ani. Generațiile trecute de bărbați se căsătoreau încă din adolescență, sexul constituind pe atunci unul dintre beneficiile căsătoriei. Pentru bărbații tineri (sau mai bătrâni) din zilele noastre, nu mai e o problemă să aibă parte de mult sex. Este disponibil oriunde, oricând și cu foarte diferite femei. Prin urmare, mulți tineri din ziua de azi se gândesc: „De ce să mă împotmolesc într-o monogamie eternă, când mi-aș putea răspândi sămânța încotro vād cu ochii?“

Din jurul vârstei de 27 de ani, un bărbat începe să fie mai grijuliu și mai pasiv, deoarece raportul între hormonii sexuali feminini și cei masculini din corpul lui începe să se modifice. Începe să fie mai interesat de relații pe termen lung și gândește tot mai mult cu capul lui cel mare, nu cu cel mic. Va ajunge să-i telefoneze unei femei fără un motiv anume și chiar își va anula unele partide sportive cu prietenii pentru a ieși undeva cu ea. În etapele de dorință și de dragoste romantică ale unei relații, nivelurile hormonilor masculini la bărbați sunt foarte ridicate, motiv pentru care aceștia se poartă cu impetuozitate, sunt entuziași în legătură cu o femeie – buchete uriașe de flori îi sunt ei trimise la locul de muncă astfel încât să se afle de asta, face rezervări pentru cine romantice la restaurante scumpe și folosește expresii clasice pentru a-și exprima dragostea. Cu toate acestea, după sex el este cel care simte nevoia de a ieși cât

mai repede cu puțință din pat, pentru a face un lucru, orice – să se uite la televizor, să sune pe cineva, să-și repare mașina, să expedieze emailuri, să gătească sau, dacă nu poate face niciunul dintre aceste lucruri, să adoarmă. Orice numai să nu se afle în pat alături de o femeie și să simtă o legătură emoțională. Creierul lui ajunge la setările „din fabrică” și-i spune: „Misiune îndeplinită – care-i următoarea?” Asta se întâmplă după cinci partide de sex cu aceeași femeie, deoarece creierul lui înțelege, din punct de vedere statistic, că sunt de ajuns cinci raporturi sexuale pentru ca o femeie să rămână însărcinată. Din acest motiv – asta dacă el nu o ia în calcul drept parteneră pe termen lung – după partida cu numărul șase interesul pentru femeia respectivă începe să-i scadă, indiferent cât de acrobatică ar fi ea. Dacă însă ar întâlni o nouă femeie, imediat s-ar avânta din nou cu aplomb.

După cinci raporturi sexuale, domnul Nepotrivit își pierde interesul într-o femeie, întocmai cum se întâmplă și cu masculii altor specii animale.

Acest fenomen al celor „cinci partide de sex” poate fi văzut, de asemenea, la alte specii de mamifere, de exemplu la tauri, la berbeci sau la porci. După ce s-au împerecheat cu aceeași femelă de cinci ori, e greu ca masculii să se mobilizeze pentru încă un „bis”. Nici măcar când femelele sunt deghizate cu pături, parfumuri sau dacă li se pun pungi în cap, masculii nu pot trece la treabă. E de ajuns ca o nouă femelă să intre în scenă pentru ca penisul unui mascul să se trezească la viață. Mama Natură știe ce face – ea spune: „Ai făcut tot ce se putea în aceste cinci dăți. Acum du-te și caută-ți o altă femelă și pune umărul la perpetuarea speciei.” De aceea, domnul Nepotrivit își pierde repede interesul, încetează să mai facă eforturi pentru continuarea relației și devine evident faptul că din nou e vorba numai despre el.

Când o femeie se căsătorește, ea se așteaptă la sensibilitate, sinceritate și cooperare din partea partenerului. Ce primește în schimb? Râgâieli, mirosuri corporale și respirație îmbibată de bere.

Bărbații care caută relații pe termen lung adeseori încep în același fel ca și cei care caută doar o aventură de-o noapte, dar când sunt încercați de sentimente pe termen lung, încep să rămână tot mai mult în pat, să vorbească, să atingă și să afișeze alte forme de comportament tipic feminine.

11. De ce bărbații maturi nu se sfiesc să poarte slip în public sau să-și afișeze cu mândrie burdihanul

Faptul că bărbații nu sunt conștienți de înfățișarea lor publică a fost dintotdeauna un mister pentru femei. Majoritatea femeilor sunt experte să-și tragă burta în public sau să evite, atunci când poartă costum de baie, anumite unghieri care le-ar putea scoate în evidență aripioarele de pe șolduri. Totuși, se întâmplă frecvent ca un bărbat care arată ca o femeie în luna a noua de sarcină să trimită bezele unei femei din colțul celălalt al camerei, sau ca unul care poartă un slip sumar și mulat să poarte o conversație cu mai multe femei, fără să țină seama de faptul că nu și-a instruit slipul că e nepolitic să „țintească“.

În mod tacit, bărbații sunt conștienți că valoarea lor pe piața partenerilor depinde în mare măsură de capacitatea lor de a strânge resurse și nu de felul în care arată. În cazul unei femei, orice succes pe care ea l-ar putea avea în agonisirea de resurse poate fi perceput de către bărbați drept o amenințare, pe când înfățișarea ei fizică și potențialul de a da naștere unor copii sănătoși este un bonus. În vreme ce ea are nevoie să poarte o fustă neagră pentru ca fundul ei să pară mic, el nu trebuie decât să poarte un Rolex sau să conducă un BMW pentru a contrabalansa un burdihan.



Cei mai mulți dintre bărbați
au o părere mai bună despre corpul lor decât femeile.

12. Bărbații și fetișurile lor

Fetișul este un stimul extern care face legătura între o experiență mentală din trecut și declanșarea unor sentimente sexuale. O mare parte din acest comportament vine din copilărie și adolescență. Fetișul stârnește un stimul sexual și face astfel încât acea persoană să vrea să re trăiască scenariul fetișului. Poate fi vorba de orice, de la un obiect vestimentar, până la o aromă, o culoare, un material, obezitate sau vârstă înaintată. Alegeți voi – fie că vorbim de un

somon sau de un pantof, de o gleznă sau de o periuță de dinți – undeva în lumea largă există un tip care are un fetiș pentru fiecare dintre aceste lucruri. Când bărbații fantasmează, își imaginează părți ale corpului, forme, poziții – nu se gândesc dacă o femeie este o bună gospodină, dacă poate să cânte sau dacă militează pentru pacea mondială. Paginile web pornografice din întreaga lume sunt inundate de imagini cu toate fetișurile pe care și le-ar putea închipui cineva și se crede că 99% dintre vizitatorii acestor site-uri sunt bărbați.

Cândva, foarte demult, un bărbat i-a cerut unei femei să se mărite cu el. Ea l-a refuzat, iar el a trăit astfel fericit până la adânci bătrâneți, a jucat mult golf, a băut bere, s-a dus liniștit la pescuit și a putut trage vânturi ori de câte ori și-ar fi dorit.

Deoarece bărbații sunt atât de stimulați de imagini vizuale, peste 90% din ceea ce este considerat a fi comportament „deviant“ se referă la bărbați. În jur de 97% din condamnările pe teritoriul Statelor Unite împotriva otheadelor aruncate pe fereastra cuiva au fost pronunțate împotriva bărbaților. Din aceleași motive, bărbații merg la cluburi de striptease sau citesc reviste cu femei.

13. Ce-i îngrijorează pe bărbați?

Asemenea femeilor, și bărbații sunt îngrijorați de neajunsurile lor, dar nu le îngăduie acestora să le controleze viețile așa cum fac femeile. Iată de ce se tem bărbații cel mai mult:

- Am burta prea mare?
- Arăt prea tânăr/bătrân?
- Arăt îndeajuns de masculin?
- Începe să-mi cadă părul?
- Oare voi avea succes?
- Pot satisface o femeie din punct de vedere sexual?
- Nu cumva e prea mic penisul meu?
- Oare voi fi în stare să-mi întrețin familia?
- Voi avea vreodată îndeajuns de mulți bani?
- Mă va iubi vreodată o femeie așa cum sunt?

Bărbații se gândesc la aceste lucruri și se îngrijorează, dar rareori le vor destăinui cuiva. Și nu veți auzi *niciodată* un bărbat spunându-le amicilor lui:

„Hei, credeți că sunt un grăsan ratat, cu chelie, care are scula mică și se-mbracă aiurea de tot?” Bărbaților nu le place să-și recunoască eșecurile în fața nimănui. Nici partenererele nu ar trebui să le aducă în discuție, pentru că pot zdrobi ego-ul unui bărbat și pot provoca tensiune în cadrul relației.

14. De ce bărbații au dificultăți în a spune „Te iubesc“

Pentru majoritatea oamenilor, sintagma „Te iubesc“ este fumată încă de la începutul unei relații, când în ambii parteneri colcăie hormonii și probabil că abia dacă și-ar aminti cum se numesc. În cazul unei femei, ea va afișa comportamente legate de înjghebură a unui cămin, va alege perdele, se va îngriji de ursuleți de pluș, îi va găti (dacă n-o face deja), va observa pretutindeni cupluri care au copii și va vorbi în termeni de „fericiți până la adânci bătrâneți“. De obicei, bărbatul se sperie când partenera ajunge să se comporte astfel și va regreta că a spus „Te iubesc“. Trebuie să se ridice la nivelul cuvintelor pe care le-a rostit, și azi, și mâine, pentru totdeauna. Așadar, dacă nu cumva speră să facă sex cu o femeie și este copleșit de hormoni, va evita să spună cele două cuvinte.

A 39-a regulă vitală pentru bărbați: Niciodată nu vă alăturați prietenei sau soției în criticarea unuia dintre prietenii voștri bărbați, cu excepția cazului în care sexul cu ea depinde de răspunsul vostru.

O femeie rămâne alături de un bărbat nepotrivit, trăind iluzia că se va schimba acum că e cu ea sau că „Dragostea învinge totul“. Refuză să accepte că bărbatul se poartă urât cu ea sau că nu o iubește cu adevărat. Nici măcar nu bagă de seamă că în numai șase luni a ajuns de la „prințesă încântătoare“ la „târfă“. Dacă o femeie nu este sigură de dragostea unui bărbat, le poate cere părerea prietenelor ei cele mai apropiate, insistând să spună adevărul. Cu alte cuvinte, sună un prieten sau întreabă publicul. În timp ce multe femei nu prea se pricep să identifice deficiențele relației în care sunt implicate, le pot recunoaște cu succes în cazul relațiilor altor cupluri. Majoritatea femeilor nu pot vedea cât de puțină dragoste există într-o relație până când nu ies din relația respectivă, dar prietenele ei pot „vedea“ adevărul, așa că întrebați-le.

Bărbaților le place să întâlnească femei care cred în vorbe de genul „Dragostea învinge orice“ – înseamnă că dacă livrezi la momentul oportun niște „vorbe de dragoste“ potrivite, îți va fi foarte ușor să ajungi în patul lor.

15. Topul celor cinci întrebări care îi înfricoșează pe cei mai mulți dintre bărbați

1. „La ce te gândești?”
2. „Mă iubești?”
3. „Ți se pare că m-am îngrășat?”
4. „Crezi că tipa aia e mai drăguță decât mine?”
5. „Ce te-ai face dacă aș muri?”

Ceea ce face ca aceste întrebări să fie atât de dificile pentru un bărbat este faptul că aproape sigur ar putea conduce la o ceartă uriașă dacă se dă un răspuns nepotrivit – adică dacă el spune adevărul. Mai jos puteți citi o analiză a fiecărei întrebări în parte, împreună cu posibile răspunsuri.

Întrebarea 1: „La ce te gândești?”

Răspunsul potrivit în acest caz este: „Îmi pare rău, draga mea, dacă am fost puțin cam distant. Pur și simplu, mă gândeam la cât de minunată, grijulie, caldă și inteligentă femeie ești tu și la cât de norocos sunt să te am în viața mea.” Acest răspuns evident că nu seamănă deloc cu adevărul, care probabil este unul dintre următoarele:

- a. „La nimic.”
- b. „La fotbal.”
- c. „La Angelina Jolie, dezbrăcată.”
- d. „La cât de grasă ești.”
- e. „Mă gândesc pe ce-aș cheltui banii de asigurare dacă ai muri.”

Întrebarea 2: „Mă iubești?”

Răspunsul corect este: „Da! Sunt înnebunit după tine!” Printre răspunsurile nepotrivite se numără:

- a. „Sigur! În neștire! Acum putem să facem sex?”
- b. „Te-ai simți mai bine dacă aș spune că da?”
- c. „Poți defini cuvântul «dragoste»?”
- d. „Sunt soțul tău... Asta mi-e meseria.”
- e. „Doar mă culc cu tine, nu?”
- f. „Cine, eu?”

Întrebarea 3: „Ți se pare că m-am îngrășat?”

Răspunsul corect este unul răspicat: „Sigur că nu! Arăți perfect!” Printre răspunsurile incorecte se numără:

- a. „Prin comparație cu...?”
- b. „N-aș zice că ești grasă, dar nici tocmai trasă ca prin inel.”
- c. „Îți stă bine un pic mai plinuță.”
- d. „Am văzut și altele mai grase de-atât.”
- e. „Nu. Am pus eu fără să te previn douăzeci de kilograme în plus pe cântar când te-ai urcat tu pe el.”
- f. „Poți să repeți întrebarea? Tocmai mă gândeam pe ce aș cheltui banii de asigurare dacă ai fi murit.”

Întrebarea 4: „Crezi că tipa aia e mai drăguță decât mine?”

Încă o dată, răspunsul indicat este un răspicat: „Bineînțeles că nu!” Printre răspunsurile incorecte sunt:

- a. „Da, dar tu ai o personalitate mai bună.”
- b. „Mai drăguță nu, dar în mod sigur mai slabă.”
- c. „Nu la fel de drăguță ca tine când erai de vârsta ei.”
- d. „Definește cuvântul «drăguță».”
- e. „Poți să repeți întrebarea? Tocmai mă gândeam pe ce aș cheltui banii de asigurare dacă ai fi murit.”

Întrebarea 5: „Ce te-ai face dacă aș muri?”

La această întrebare cu siguranță nu există răspuns câștigător. Răspunsul adevărat este că: „Mi-aș lua un Ferrari și un iaht”, dar iată maniera obișnuită în care se poate aborda o asemenea întrebare:

FEMEIA: Te-ai recăsători?

BĂRBATUL: Sigur că nu.

FEMEIA: De ce nu? Nu-ți place să fii căsătorit?

BĂRBATUL: Ba da! Îmi place la nebunie să fiu căsătorit.

FEMEIA: Atunci de ce nu te-ai recăsători?

BĂRBATUL: Bine atunci... M-aș recăsători.

FEMEIA: (afișând o figură rănită) Ai face-o?

BĂRBATUL: Ei bine... ăă... tu m-ai întrebat!

FEMEIA: Te-ai culca cu ea în patul nostru?

BĂRBATUL: Unde altundeva să ne culcăm?

FEMEIA: Ai înlocui pozele cu mine cu fotografiile ale ei?

BĂRBATUL: Păi... s-ar cam cuveni să fac asta.

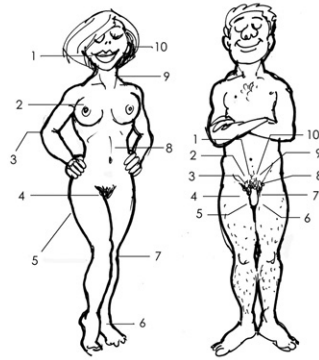
FEMEIA: Și ai lăsa-o să folosească crosele mele de golf?

BĂRBATUL: Nu poate. E stângace.

- Creierul unui bărbat poate face diferența dintre dragoste și sex. Uneori se întâmplă concomitent.
- Bărbații le mint pe femei pentru a evita conflicte. Niciodată nu-i puneți unui bărbat o întrebare al cărei răspuns nu vreți să-l auziți, altminteri nu faceți altceva decât să-l antrenați să vă mintă.
- Dacă vreți să-l faceți fericit pe bărbatul din viața voastră, fiți voi cele care inițiază sexul mai des.
- Bărbații sunt la fel de nesiguri în ceea ce privește neajunsurile lor pe cât sunt și femeile; dar nu le face plăcere să discute despre asta. Nu scoateți niciodată în evidență eșecurile unui bărbat – veți stârni tensiune și îi veți răni orgoliul.

CAPITOLUL 9

12 adevăruri despre femei pe care majoritatea bărbaților nu le știu



Principalele zone erogene ale corpului uman.

Certurile legate de sex din ziua de azi sunt mult mai intense decât erau în generațiile trecute. Bărbații văd puține motive din pricina cărora femeile ar fi rezervate în privința sexului. Dacă femeile iau anticoncepționale sau folosesc alte mijloace contraceptive, de ce nu doresc mai frecvent sex? După emanciparea femeilor, bărbații simțeau că acestea ar trebui să fie mai pregătite să facă primul pas în direcția sexului. Femeile au declarat sus și tare că erau gata să ignore așteptările societăților anterioare cu privire la lipsa de dorință a femeilor față de sex, iar bărbații au tras de aici concluzia, fericiți, că li se va cere în mod constant să facă sex și că femeile nu vor mai primi cu reticență avansurile bărbaților. Femeile au început să cumpere obiecte pornografice, jucării sexuale și să vorbească despre bărbați ca despre niște obiecte sexuale. Insistau asupra dorinței de a fi libere să se îmbrace cât de seducător doresc, oricând vor. În revistele pentru femei apăreau întruna articole despre cum să fie satisfăcuți bărbații în pat. În programele radiofonice pentru femei erau invitați consilieri sexuali care le vorbeau acestora despre tehnici, iar la televizor există emisiuni explicite despre sex. Bărbații erau excitați și entuziasmați. Femeile, se spunea, își doreau acum la fel de mult sex ca și bărbații.

Totuși, acest moment a constituit un anticlimax (jocul de cuvinte nu este intenționat). Revoluția sexuală a sosit, dar după toată vorbăria stridentă despre sexul liber, multe femei au revenit la poziția lor inițială – aceea de partener sexual pasiv. Unele nu, dar majoritatea așa au făcut. Încă o dată bărbații s-au

pomenit arătați cu degetul pentru că-și doreau întotdeauna sex, încercând să conviețuiască alături de femei care rareori simțeau la fel. Majoritatea bărbaților se așteptau să aibă o viață de parcă s-ar fi aflat printre iepurași Playboy și când colo s-au pomenit că trăiau din nou cu Maica Tereza. Însă contrar a ceea ce mulți bărbați cred, femeile chiar își doresc să aibă parte de sex și chiar mai des decât recunosc de fapt.

Dacă relația în care se află o femeie nu merge ca pe roate, aceasta va evita sexul. Un bărbat aflat într-o relație asemănătoare este perfect mulțumit să facă sex oricând, deoarece, după cum am văzut în capitolul precedent, creierul lui are capacitatea de a separa dragostea de sex și de obicei sexul are o prioritate mai mare în ochii lui din pricina nevoii de perpetuare a speciei. Bărbații sunt dispuși să facă sex aproape oricând, oriunde și aproape în orice împrejurări. Pentru femei, lucrurile stau exact pe dos. Multe dintre ele nu pot înțelege cum de poate face sex un bărbat fără a simți vreo emoție deosebită în acest timp și majoritatea urăsc acest lucru. Diferența localizării sexului la nivelul creierului la femei și nivelurile semnificativ mai scăzute de testosteron fac astfel încât sexul să se afle mult mai jos pe lista lor de priorități.

În cele ce urmează vă vom prezenta 12 lucruri esențiale despre femei și sex pe care cei mai mulți dintre bărbați nu le înțeleg.

1. Ce doresc femeile de la sex

Obsesia zilelor noastre de a fi mereu în acord cu corectitudinea politică a condus la iluzia că femeile își doresc de la sex aceleași lucruri ca și bărbații. Numeroase reviste și emisiuni TV sugerează nu numai că femeile au aceleași criterii ca și bărbații pentru a evalua o partidă bună de sex, dar au și aceleași imbolduri sexuale. Mișcarea pentru drepturile femeilor a făcut numeroase presiuni și a obținut egalitate în multe domenii, iar societatea a tras concluzia, în mod eronat, că la fel stau lucrurile și cu sexul. Nimic n-ar putea fi mai departe de adevăr.

Prezicătorul i-a spus unui tânăr: „Pentru a avea o viață fericită, ai nevoie să găsești o fată care are aceleași interese ca și tine și care își dorește aceleași lucruri asemenea ție.“ „Poftim? Să se îmbete și să agațe alte femei?“ rosti el, rămas cu gura căscată. „Înseamnă că-mi trebuie o lesbiană alcoolică!“

De-a lungul unei perioade de peste 30 de ani, am adunat și am analizat sute de studii și chestionare despre ce-și doresc femeile de la sex. Printre acestea s-au numărat studii conduse de universitățile și institute pentru sănătate, de cercetători profesioniști în domeniul sexului precum Kinsey, sau reviste populare precum *Cosmopolitan* sau *Redbook*. Din toate acestea am tras două concluzii. În primul rând, că motivațiile unei femei de a face sex nu diferă în prezent de cele de acum câteva mii de ani. Aproape orice studiu a demonstrat că femeile de afaceri în poziții importante, altele casnice înconjurate de o liotă de copii sau femeile care se târau prin grote acum 100 000 de ani au aceleași criterii pentru a clasifica un sex de calitate. În al doilea rând, impulsul sexual al unei femei din secolul XXI nu este astăzi mai puternic decât cel al predecesoarelor ei din timpuri străvechi – singurul lucru care s-a schimbat este că se poate discuta acum liber despre sex și poate fi dezbătut în presă. În vârful listei oricărei femei se află dorința acesteia de a găsi un partener potrivit care fie are resurse, fie are capacitatea de a le obține.

Iată un rezumat al celor mai importante cinci lucruri pe care majoritatea femeilor afirmă că le doresc de la un bărbat înainte de a simți dorința de a face sex cu el:

1. Să se simtă atrăgătoare și speciale.
2. Să se simtă iubite și protejate.
3. Să fie alintate și răsfățate.
4. Să fie mângâiate, sărutate și dezmiardate.
5. Să vorbească despre sentimentele lor.

Comparați această listă cu principalele cinci lucruri pe care spun bărbații că le vor de la femei:

1. Ca ea să spună mai des „da“ când vine vorba de sex.
2. Să facă mai des sex în mod spontan.
3. Ca ea să inițieze mai des partidele de sex și să fie creativă.
4. Să nu-l facă pe el să se simtă vinovat pentru nevoile lui sexuale.
5. Să înțeleagă că el este motivat, în principal, de stimuli vizuali, precum lenjeria intimă.

O femeie dorește ca drumul către sex să fie lent. De fapt, ea nici măcar nu folosește cuvântul sex – ea dorește să „facă dragoste“ sau „să se culce“ cu cineva. După partida de sex, ea ar dori să continue să vorbească despre sentimentele ei, dar numeroase doamne se plâng că asta nu e posibil – pentru că el deja doarme.

Fantezia numărul unu a oricărui bărbat este să fie în pat cu două femei. Și femeile își doresc acest lucru pentru a avea cu cine să vorbească după ce partenerul lor adoarme.

Aceste liste arată cât de mulți stimuli emoționali doresc femeile, în timp ce bărbații vor o femeie ușuratică și sălbatică. Din cauza diferitelor priorități și imbolduri care-i animă, nu ar fi deloc deplasat să spunem că bărbații și femeile sunt incompatibili când vine vorba de sex. În mod frecvent femeile îi descriu pe bărbați ca fiind „egoiști“ și „mereu grăbiți“, iar bărbații afirmă despre femei că sunt „lipsite de imaginație“ sau „mecanice“. O femeie ar putea, de asemenea, să considere nevoia unui bărbat de a vedea imagini erotice drept „dezgustătoare“ sau „bolnavă“. Vorbind despre nevoia ei de a decurge lent lucrurile, bărbatul afirmă că este „necreativă“ și „plictisitoare“. Odată ce veți înțelege și accepta că bărbații și femeile au creiere care funcționează diferit, că fiecare are o altă perspectivă în ceea ce privește dragostea și sexul, că fiecare are priorități diferite, veți putea opera schimbările necesare în abordarea voastră față de sex și foarte curând veți ajunge să fiți considerați a fi extraordinari în pat. O viață sexuală ideală este aceea în care fiecare partener se abține de la a judeca nevoile celuilalt și, în schimb, împlinește acele dorințe. Nevoile noastre sexuale sunt diferite – nici mai bune, nici mai rele, doar diferite.

În timp ce avionul militar rula pe pistă pregătindu-se de decolare, una dintre însoțitoarele de zbor le dădea soldaților informațiile de securitate necesare despre centurile de siguranță și ieșirile de urgență. În cele din urmă, le-a spus: „Acum lăsați-vă pe spate și bucurați-vă de călătorie în timp ce căpitanul, Joanne Parish și echipajul ei vă vor duce în siguranță în Irak.“ Un bătrân sergent din primul rând întrebă: „Am auzit eu bine? Căpitanul e o femeie?“ „Da! răspunse însoțitoarea de zbor, de fapt, întreg echipajul este alcătuit numai din femei.“ „Doamne, zise el nervos, nu știu ce să cred, numai cu femei acolo în carlingă...“ „A, asta-i altceva, domnule sergent, zise ea. Deja nu-i mai spunem carlingă, ci dulap...“

2. De ce femeile inițiază partidele de sex atât de rar

Aceasta este principala plângere a oricăror bărbați din aproape orice țară de pe fața pământului. Motivul este simplu: după cum am scos în evidență în repetate rânduri, bărbații sunt astfel alcătuiți încât să aibă imbolduri sexuale mult mai puternice decât femeile, nivelul testosteronului fiind în cazul lor de 10 până la 20 de ori mai mare și având un hipotalamus mai dezvoltat, zona din creier care stimulează apetitul sexual.

„Soția mea spune că mă iubește, dar aproape niciodată nu mi-o arată. Ea pare să creadă că e de ajuns să-mi spună chestii drăguțe, să facă diverse lucruri pentru mine, precum să-mi gătească felul de mâncare favorit, să spele rufe, dar sincer eu nu prea dau doi bani pe toate astea. Pot face și singur toate aceste lucruri. Ce mi-ar plăcea la nebunie să facă ar fi să se îmbrace într-o bună zi pentru mine într-o ținută sexy și sumară și să mă întâmpine astfel când mă întorc de la muncă. Asta chiar mi-ar arăta că mă iubește. Dar mai repede ajung pe Lună decât să mi se întâmple asta. Ce vreau eu să spun e că dacă ei i-ar păsa cu adevărat de mine, nu și-ar dori să mă facă fericit?“

Ian

De-a lungul ultimului milion de ani, bărbații au evoluat astfel încât să fie orientați către sex pentru a se asigura astfel perpetuarea speciei. Femeile au evoluat în a fi purtătoare de copii. Imboldul fundamental al femeilor era de a avea grijă și de a proteja, astfel încât să-și poată crește copiii și să-i păzească. Nimic nu s-a schimbat. Femeile extind această caracteristică și asupra bărbaților din viețile lor și le place să le asigure confortul, să-i sprijine, să-i facă să fie în siguranță. Pe de altă parte, bărbații văd în orice dezmierdare o formă de preludiu. Concentrarea lor asupra sexului este atât de copleșitoare încât nu pot face diferența între o femeie care își exprimă o afecțiune firească și o alta care dorește sex. Din această cauză bărbații se simt respinși atât de frecvent. Ei citesc în mod eronat semnalele transmise de o femeie, vor crede că lucrurile evoluează către sex pentru a se pomeni apoi că sunt respinși. Femeile rămân la fel de nedumerite.

„Știi, adeseori nu-mi doresc decât un strop de alint înainte de culcare. Mi-aș dori să putem doar să ne sărutăm și să ne mângâiem până ce adormim. Ușor și delicat. Asta mă face să mă simt bine. Dar dacă încerc asta, Robert întotdeauna crede că vreau să facem sex. Așa că acum, dacă nu vreau să fac sex, de îndată ce m-am băgat în pat mă și prefac că am adormit. Nu pot risca să-l întărât, pentru că apoi el va avea o erecție și va dori să facem sex. De ce nu se poate mulțumi și el cu niște dezmierdări? De ce trebuie să fie sexul atât de important?“

Helen

Problema pentru bărbați este că pur și simplu ei au evoluat cu anumite conexiuni neuronale orientate spre perpetuarea speciei umane. În timpuri străvechi, ei trebuiau să fie gata de a prinde orice șansă de a face sex, chiar și atunci când pericolele erau iminente. Adeseori sarcinile nu erau purtate până la capăt, sau copiii mureau la naștere sau la vârste foarte fragede. Cei mai mulți nu ajungeau la adolescență. Femeile au evoluat astfel încât să aibă imbolduri sexuale mai reduse, deoarece trebuia să aloce mult timp sarcinii și să aibă în grijă copii. Dacă femeile și-ar fi dorit tot timpul sex, și-ar fi neglijat odraslele sau ar fi fost întotdeauna însărcinate și ar fi născut pe bandă rulantă. Ambele scenarii ar fi avut efecte negative atât asupra sănătății lor, cât și asupra copiilor.

Bărbatul și femeia de Neanderthal se pare că nu prea aveau nicio problemă cu sexul – îl considerau a fi numai un pic de distracție și probabil că nu se certau niciodată din pricina lui. Abia când a apărut în scenă un individ mai sofisticat – omul neolitic –, s-a început a se observa o legătură între nașterea copiilor și sex. Înainte ca metode de contracepție moderne și ieftine să apară pe piață, bărbații erau nevoiți să-și înfrâneze impulsurile sexuale sau să folosească metoda „retragerii“ pentru a nu se pomeni cu o liotă de copii.

Abia recent au făcut oamenii legătura între nașterea copiilor și sex.

3. Cum să le faceți pe femei să-și dorească sex mai frecvent

Din punct de vedere istoric, atunci când bărbații și-au dorit un lucru, l-au cerut în mod direct. Când ceva nu le era pe plac, se exprimau, de asemenea, pe șleau. Dintotdeauna bărbații s-au aflat în postura să poată pretinde un lucru atunci când și-l doresc și să-l și primească. Fiind mai totdeauna polul de putere într-o relație, un bărbat cu greu ar putea gândi altminteri. Prin urmare, numeroși bărbați încă mai cred că au tot dreptul să ceară sex. În zilele noastre, femeile nu prea mai simt nicio obligație de a se supune și cu cât un bărbat cere sex cu mai multă insistență, cu atât e mai puțin probabil ca ele să fie de acord. Femeile nu pricep de ce bărbații nu încearcă și o abordare mai subtilă, iar bărbații adeseori nu-și dau seama că există o alternativă.

Femeile din ziua de azi își doresc să fie făcute să se simtă sexy, iubite, prețuite, adorate. Nu le place să simtă că atașamentul e de la sine înțeles. Și deși

preludiul este important, ce se petrece înainte de preludiu este încă și mai important.

Patru bărbați au plecat la pescuit. După vreo oră de stat pe malul râului, unul dintre ei a spus: „N-o să vă vină să credeți ce am fost nevoit să fac pentru ca nevastă-mea să mă lase la pescuit în weekendul ăsta. I-am promis că săptămâna viitoare vom redecora fiecare cameră din casă!“ Cel de-al doilea bărbat a rostit: „Asta-i un fleac! Eu i-am promis soției mele că voi acoperi cu gazon gaura din grădina din spatele casei și voi construi leagăne și tobogane pentru copii.“ Al treilea bărbat zâmbi. „Nici nu știți ce ușor ați scăpat! exclamă el. Eu a trebuit să-i promit doamnei mele că voi renova complet bucătăria pentru ea și că îi voi clădi și un foișor în grădină!“ Au continuat să pescuiască în tăcere. Apoi și-au dat seama că cel de-al patrulea bărbat nu scosese un cuvânt. „Hei, Jerry! îi zise cel dintâi. Tu ce ai fost nevoit să faci ca să poți pleca la pescuit?“ Jerry ridică din umeri cu relaxare. „N-am făcut altceva decât să-mi pun ceasul să sune la cinci și jumătate. După ce s-a auzit alarma, mi-am strâns nevasta în brațe și am întrebat-o: «Sex sau pescuit?» La care ea s-a întors și mi-a spus: «Vezi să te mbraci bine!»“

S-a descoperit că stresul este unul dintre factorii care afectează în mod negativ apetitul sexual al femeilor, deoarece provoacă emoții negative, iar emoțiile femeilor sunt strâns legate de dorința de a face sex. Dacă o femeie este obosită, sictirită sau îngrijorată și stresată, apetitul ei sexual este aproape egal cu zero, așa că este important să o ajutați să se simtă relaxată, apreciată, să știe că aveți nevoie de ea.

Cei mai mulți dintre bărbați nu știu că nu un penis erect este cel mai mare stimul sexual pentru o femeie; cel mai adesea e vorba de imaginea unui bărbat care pregătește cina, spală vasele, hrănește copiii și își pune hainele murdare în coșul de rufe.

Este mult mai probabil decât orice altceva ca astfel de imagini să îi stârnească unei femei sentimente de tandrețe față de un bărbat. Unei femei, mai ales dacă are și copii și o slujbă extenuantă, îi este greu să mai găsească resurse pentru a mai avea chef de sex la sfârșitul unei zile în care nu-și dorește altceva decât să doarmă. S-a dovedit că un bărbat care se ocupă de treburile casei este cel mai puternic afrodisiac care ar putea fi administrat unei femei. Majoritatea bărbaților sunt uluiți să afle că imaginea lor dând cu aspiratorul prin casă este

un stimul mult mai puternic decât 300 de dolari cheltuiți pe o cină la un restaurant scump.

Maria Quinn, autoarea cărții *Between Clean Sheets*, un ghid pentru bărbați despre treburile casnice, a arătat cum merg mână-n mână sexul și robotitul prin gospodărie.

Când o femeie nu mai știe încotro să se împartă, iar oamenii au așteptări atât de mari de la ea, sexul devine unul dintre multe alte lucruri pe care trebuie să le ofere. Ajunge să fie un lucru pe care tu – ca femeie – îl faci pentru alții, nu pentru tine însăși. Furia mocnită crește pe măsură ce devii tot mai obosită, surmenată și nervoasă, gândindu-te la toate îndatoririle pe care le ai de îndeplinit. O mulțime de bărbați se întreabă: „Oare unde am greșit?” și chiar că nu au idee.

Definiții ale preludiului

Al ei: „Ce-ai zice să faci curat în bucătărie în timp ce eu mă delectez cu o baie bună în seara asta?”

Al lui: „Ești trează?”

Quinn afirmă că un bărbat care își asumă o parte din treburile casnice va sfârși prin a fi surprins de urmarea neașteptată – anume aceea că femeia vieții lui brusc devine mult mai dornică de sex.

Pentru a-și dori să facă sex, femeile trebuie mai întâi să se simtă dorite, prețuite, iubite și adorate. În mod bizar, un bărbat care face treburi prin casă atinge acest scop.

4. De ce au femeile orgasme

Numai femeile au orgasme. În cazul femelelor din oricare altă specie, sexul reprezintă o treabă de șapte, maxim zece secunde al cărui singur scop este procreerea. Niciun ritual de apropiere între parteneri nu este necesar. În schimb, se poate spune că ovulația la femei este deghizată – asta înseamnă că un bărbat nu știe niciodată când ea e „în călduri”. Aceasta pare să fie o adaptare evoluționistă al cărei scop este acela de a-i ține pe bărbați prin preajmă în majoritatea timpului. Femeile sunt aproape întotdeauna disponibile pentru sex, indiferent dacă se află sau nu la ovulație, și acest lucru face ca sexul să devină un proces constant prin care se creează legături, astfel bărbații rămânând mereu „prin preajmă”.

Cercetătorii au introdus camere de filmat în interiorul vaginului unor femei care aveau orgasm. Imaginile au arătat că în momentul culminant mușchii vaginului se contractă, iar porțiunea îngustă a uterului care face legătura cu vaginul – cervixul – se întinde și se deschide pentru a atrage sperma prezentă, cam la fel ca în cazul unui aspirator. Din acest motiv sincronizarea orgasmelor între bărbat și femeie are o importanță atât de specială, deoarece astfel cresc șansele conceperii unui copil. Din punctul de vedere al reproducerii, orgasmul femeii ar trebui să se petreacă numai în timpul sau după ejacularea bărbatului și nu înainte.

Biologii evoluționiști văd, de asemenea, în orgasmul feminin o formă de control al calității pentru specia umană. Ei sunt de părere că dacă o femeie simte că un bărbat nu are genele potrivite, este puțin probabil ca trupul ei să fie pregătit de orgasm. Dacă, în schimb, seară de seară ea se aprinde ca un artificiu cu bărbatul respectiv, e felul Naturii de a-i spune că, cel puțin în termeni evoluționiști, el are genele pe care ea și le dorește pentru copiii ei.

5. De ce adeseori femeile deștepte nu au succes în dragoste

Simplu spus, studiile au demonstrat că, pe măsură ce este mai ridicat IQ-ul unei femei, ratingul ei emoțional – EQ – este mai scăzut. Asta înseamnă că, cu cât are ea o minte mai strălucitoare, cu atât este mai puțin probabil să facă alegerile potrivite în dragoste. S-a demonstrat între timp că este mai probabil ca femeile cu cariere de succes să divorțeze sau să se implice în aventuri amoroase și este mai puțin probabil să aibă copii. În *The American Journal of Marriage and Family* sunt citate mai multe studii care arată cum crește rata divorțurilor în cazul femeilor care au salarii mai mari decât partenerii lor. De fapt, femeile care câștigă mai mult decât soții lor divorțează de două ori mai des decât cele care câștigă mai puțin. Se demonstrează astfel că femeile de succes din punct de vedere financiar sunt mai puțin tolerante și au tendința de a-și exercita controlul asupra bărbaților care câștigă mai puțin, acestora nefiindu-le deloc ușor să trăiască alături de femei mai de succes decât ei. Dr. Robert Holden, autorul volumului *Success Intelligence*, afirmă că femeile deștepte petrec prea mult timp analizând înțelesurile și motivațiile din cadrul relațiilor lor, în loc de a se arăta deschise și a le înfățișa bărbaților lor vulnerabilitățile emoționale.

6. De ce femeile preferă bărbații mai în vârstă

David Buss a descoperit că femeile din toate cele 37 de culturi pe care le-a studiat preferau bărbații mai în vârstă. Acest lucru se întâmplă, deoarece cu cât este mai în vârstă un bărbat, cu atât este mai probabil să-i poată oferi ei resurse și accesul la un anumit statut. De pildă, în 2008, veniturile medii ale unui bărbat australian de 20 de ani erau de 27 000 de dolari, în vreme ce unul de 30 de ani câștiga 44 000 de dolari, iar altul de 40 de ani ajungea la 53 000 de dolari. În plus, bărbații mai în vârstă sunt mai stabili, mai de încredere, mai dispuși să-și asume angajamente. Femeile preferă în general bărbați cu trei până la cinci ani mai în vârstă decât ele, deoarece bărbații care sunt cu mult mai în vârstă decât ele este mai probabil să moară, fapt care echivalează cu sfârșitul resurselor. În unele culturi, femeile se mărită uneori cu bărbați mai tineri, dar acest lucru se întâmplă de obicei fie când femeia are o avere considerabilă, fie când bărbatul este pe punctul de a moșteni sume mari de bani, putere sau statut social. Aceste căsătorii sunt de regulă unele „aranjate“.

*Bărbații văd în femei obiecte sexuale
Femeile văd în bărbați obiecte de succes.*

Din când în când, femeii mai în vârstă se vor implica în relații cu bărbați mult mai tineri, în principal, din două motive: primul, că ea are propriile resurse și nu simte că ar mai avea nevoie de resursele unui bărbat și cel de-al doilea, deoarece bărbații mai bătrâni îi trag în jos ratingul de cuplare, deoarece ea a trecut deja de perioada în care putea naște copii. Ea îl poate atrage pe un bărbat mai tânăr oferindu-i sex sau acces la putere și resurse, dar de regulă aceste relații nu au o viață lungă, și acesta a fost și cazul legăturii dintre Elizabeth Taylor care, la 59 de ani, s-a căsătorit cu un muncitor în construcții cu 20 de ani mai tânăr decât ea, Larry Fortensky.

Femeile preferă bărbați care sunt mai inteligenți decât ele, iar bărbații preferă femeii mai puțin inteligente. Adeseori veți vedea o femeie mai săracă cu duhul (sau o femeie care face pe proasta) alături de un bărbat inteligent, dar rareori veți vedea o femeie deșteaptă lângă un bărbat prost, asta dacă nu cumva urmăriți un serial de comedie sau un show de televiziune care încearcă să creioneze ironic corectitudinea politică. Rareori se întâmplă ca lucrurile să se desfășoare astfel și în viața reală.

7. De ce își doresc femeile să fie atinse

În cartea noastră *De ce bărbații se uită la meci și femeile se uită în oglindă?* am arătat că la femei există peste 10 000 de receptori tactili răspândiți prin corp, prin comparație cu numai 3 000 în cazul bărbaților. O sensibilitate sporită la atingere le-a îngăduit femeilor să poată evalua emoțiile și starea în care se aflau bebelușii lor. Acest lucru explică și de ce femeilor le face mare plăcere să fie atinse și de ce apropierea fizică este atât de importantă pentru ele.

Un cuplu de oameni căsătoriți, amândoi având în jur de 60 de ani, își sărbătoreau cea de-a 35-a aniversare a nunții într-un restaurant cochet și romantic. Dintr-odată, o zână mititică se ivi la masă și le spune: „Pentru că ați fost un exemplu minunat pentru alții despre cum să aibă o căsnicie lungă și fericită, vă voi îndeplini fiecareia dintre voi câte o dorință.” Soția țipă de bucurie și rosti: „Dintotdeauna ne-am dorit să pornim într-o croazieră în jurul lumii!” Zâna își flutură bagheta fermecată și puf! – în mâinile ei se iviră două bilete pentru o călătorie în jurul lumii la bordul vasului Queen Mary II. Soțul se gândi pentru o clipă și apoi spuse: „Îmi pare rău, dragostea mea, dar cu o șansă ca asta nu mă mai întâlnesc. Dorința mea este să am o soție cu 35 de ani mai tânără decât mine.” Soția lui a fost foarte dezamăgită, dar dorința e dorință. Zâna își flutură bagheta magică și puf! – soțul ajunse un bătrân de 95 de ani. Morala acestei povești: bărbații care sunt niște nenorociți nerecunoscători ar trebui să-și amintească faptul că și zânele tot femei sunt!

Pentru cei mai mulți dintre bărbați, totuși, apropierea fizică este interpretată drept semn al faptului că o femeie își dorește o partidă de sex, ceea ce conduce la enorme probleme pentru cuplurile de pretutindeni. Femeile își doresc o sumedenie de atingeri nonsexuale, precum dezmierdările, ținutul de mână, mângâierea părului, masajul și orice tipuri de sărutări. Majoritatea bărbaților fac toate aceste lucruri atunci când fac curte unei femei pentru că sunt conștienți că ar putea conduce la sex, dar mulți încetează să se mai poarte astfel după ce relația se permanentizează.

Cum știi că un bărbat este gata de sex? Când respiră.

8. De ce par femeile distrase în timpul sexului

Bărbații de pretutindeni se plâng că atunci când vine vorba de a face sex, femeile par preocupate de tot ce le înconjoară. Bărbații pretind că femeile spun despre cameră ba că este prea luminoasă, ba prea întunecată, prea liniștită sau prea zgomotoasă, sau că pereții sunt prea subțiri și ar putea fi văzuți sau auziți de cineva. În schimb, bărbații nu sunt preocupați de toate aceste lucruri – creierul unui bărbat se poate concentra asupra unei singure activități, cea prezentă, astfel încât aceștia devin practic orbi și surzi față de orice stimul extern.

Profesorul de neurologie Gert Holstege, de la Universitatea din Groningen, din Olanda, împreună cu echipa lui, a comparat activitatea de la nivelul creierelor pentru 13 femei heterosexuale în patru stadii diferite: în timp ce se odihneau, în timp ce simulau un orgasm, în timp ce le era stimulat clitorisul sau în timp ce aveau orgasm în urma stimulării clitoridiene. Pe măsură ce femeile erau stimulate, se constata o creștere a activității în cortexul somato-senzitiv primar, dar care se împotmolea în zona amigdalei și a hipocampului (ariile din creier care controlează anxietatea, starea de alertă), ceea ce confirmă faptul că femeile nu se pot bucura de sex dacă nu sunt relaxate și lipsite de griji sau există alte lucruri care să le distragă atenția.

Soția mea râde întotdeauna în timp ce facem sex, indiferent de ce citește.

Emo Phillips

Creierul femeilor care sunt capabile să facă mai multe lucruri în același timp pot procesa simultan toate aceste date. Pe timpuri, dacă ambii parteneri dintr-un cuplu se concentrau numai asupra sexului în timp ce făceau dragoste, puteau deveni ținte pentru prădători. Cineva trebuia să fie capabil să rămână alert și atent la ce se-ntâmplă în jur și cele care au primit postul au fost femeile. Pentru ca o femeie să rămână atentă numai la dragoste, un bărbat trebuie să aleagă timpul potrivit, să se asigure că ea nu este stresată, să pună o muzică blândă în surdină, dar care să acopere sunetele externe și să o asigure că se află în siguranță și că nu va fi deranjată de nimeni.

9. Cum percep femeile agresiunea sexuală

Agresiunea sexuală poate fi definită în linii mari ca fiind o impunere a nevoilor sexuale personale altei persoane, fără permisiunea acesteia. Dr. David Buss a inventariat 147 de acțiuni supărătoare care au legătură cu sexul și a descoperit că femeile considerau agresiunea sexuală ca fiind cel mai rău lucru pe care un bărbat l-ar fi putut face într-o relație (acest lucru este susținut de 93-100% dintre femei). Această concluzie contrazice complet imaginile pornografice înfățișate pe internet din care ar reieși că femeile ar avea o puternică dorință de a fi implicate în acte violente de sex. Dacă o femeie visează să facă sex cu cineva, probabil că acela este un bărbat bogat și chipeș care este gata să-i garanteze ei accesul la resursele sale – și rareori e vorba de sex cu un șomer ratat, dur, dintr-o bucată, al cărui trup mai și emană felurite mirosuri neplăcute. Bărbații erau mai puțin îngrijorați de agresiunea sexuală (43%), și unii chiar au mărturisit că s-ar număra printre lucrurile care îi incită.

Buss a descoperit, de asemenea, că bărbații subestimează cu mult nivelul de agresiune sexuală acceptabil pentru o femeie. Cel mai rău lucru pe care bărbații consideră că l-ar putea face o femeie este să fie infidelă, act urmat îndeaproape de agresiunea verbală. În schimb, trei sferturi dintre femei supraestimau răspunsul unui bărbat în fața agresiunii față de ea. Toate acestea indică faptul că unei femei probabil că nu-i va pica bine o palmuire la fund, în timp ce pe un bărbat fie nu-l va deranja să facă asta, fie va fi de părere că este o idee bună. Într-o lume în care femeile cred că bărbații gândesc asemenea lor, iar bărbații sunt de părere că femeile gândesc ca ei, rețeta dezastrului este asigurată.

10. Cum văd femeile hărțuirea sexuală

Dintre toate plângerile care au ca obiect hărțuirea sexuală, 93% sunt făcute de femei, în vreme ce restul de 7% aparțin unor bărbați hărțuiți de alți bărbați. Ocazional se mai înregistrează și plângeri de hărțuire prin care un bărbat acuză o femeie, dar de regulă acestea vizează alte motive, precum politicile de promovare la slujbă, și nu hărțuirea sexuală propriu-zisă. La prima vedere s-ar părea că aceste statistici indică limpede faptul că aproape toate actele de agresiune sunt făcute de bărbați împotriva femeilor, dar mai trebuie ținut cont și de alți câțiva factori: în primul rând, femeile percep un grad mai mare de stres cu privire la ceea ce reprezintă pentru ele o hărțuire și, în al doilea rând, puțini bărbați raportează hărțuirea sexuală din partea unei femei – bărbații chiar visează la asta! David Buss a descoperit că pe o scară a incitării notată de

la 1 la 7, o femeie care-și freacă trupul de al unui bărbat într-un bar ar primi 6,07. Dacă un bărbat ar face același lucru unei femei, ea ar nota gestul cu 1,82, această acțiune constituind pentru foarte multe femei una care nu le stârnește câtuși de puțin.

Trei din patru plângeri sunt făcute de femei cu vârste cuprinse între 20 și 35 de ani, astfel evidențiindu-se felul în care potențialul de a da naștere unor copii al unei femei acționează ca un adevărat magnet. În schimb, numai foarte puține plângeri sunt înaintate de femei în vârstă.

Pentru cele mai multe femei, hărțuirea sexuală din partea unui bărbat reprezintă o adevărată ofensă. Pentru cei mai mulți bărbați, hărțuirea sexuală din partea unei femei reprezintă un compliment.

Barbara Gutek, profesoară de psihologie la Claremont Graduate School din California, a coordonat un studiu la locul de muncă în care angajaților li s-a solicitat să-și noteze cum ar reacționa dacă un coleg le-ar cere să facă sex cu el/ea. Ea a descoperit că 55% dintre femei au afirmat că în ultimii cinci ani au fost ținta unor hărțuiri sexuale, în timp ce numai 9% dintre bărbați afirmă că au fost hărțuiți sexual de către o femeie de la muncă, aceștia cu greu recunoscând un asemenea lucru. Cercetătoarea a aflat, de asemenea, că 63% dintre femei s-ar simți insultate de o asemenea cerere, față de numai 15% dintre bărbați, și că 67% dintre bărbați s-ar simți flatați de propunere, față de numai 17% dintre femei.

David Buss a coordonat un alt experiment prin care le-a cerut femeilor să noteze gradul de iritare pe care l-ar resimți dacă ar fi abordate de bărbați cu statuturi sociale diferite. Femeile se simțeau cel mai ofensate de cereri sexuale venite din partea unor muncitori în construcții sau gunoieri (60% simțindu-se ofensate). Iritarea scădea în intensitate pe măsură ce slujba unui bărbat devenea tot mai bună și potențialul acestuia de a agonisi resurse devenea mai mare. O vedetă rock de succes sau absolventul unei universități prestigioase iritau numai 38% dintre femei, fapt care demonstrează rolul pe care îl joacă potențialul unui bărbat de a strânge resurse în hotărârea unei femei de a face sex cu el.

11. De ce au femeile fantasme cu bărbați răi, foarte răi...

Pentru majoritatea femeilor, atracția față de „băieți răi“ se manifestă de obicei pentru o perioadă de două, trei zile, atunci când se află la ovulație. Trupul femeii tânjește atunci după băiatul rău gen Russell Crowe, deoarece bărbații mai agresivi au un rating de supraviețuire mai mare decât cei de treabă –, iar ea dorește genele lui. După cum am afirmat în cartea *Why Men Don't Have a Clue & Women Always Need More Shoes*, masculii dominanți, în care colcăie testosteronul, au supraviețuit întotdeauna în detrimentul celor mai tăcuți și mai timizi, ceea ce, la un nivel primar, reprezintă un punct de atracție pentru o femeie aflată în perioada de ovulație. Pentru restul lunii, ea se mulțumește să aibă alături un tip liniștit, de încredere și grijuliu.

În timp ce o femeie caută în mod conștient un bărbat care îi poate oferi sprijin și care își va lua un angajament ferm față de ea, își dorește, de asemenea, și un bărbat cu gene bune. Din nefericire, aceste două cerințe nu se regăsesc întotdeauna la același bărbat. Acest lucru este evidențiat și de testele ADN actuale, care dezvăluie că 10% dintre copiii născuți în cadrul căsniciilor nu sunt vlăstare ale soțului. Probabil că așa stau lucrurile de sute de ani, dar testele ADN au dovedit limpede această realitate.

În momente de stres ridicat, acest fenomen capătă amploare, deoarece, în fața unui pericol iminent de moarte, creierul îi determină pe oameni să procreze. Registrele maternităților din Marea Britanie au dovedit că, în timpul celui de-al Doilea Război Mondial, unul din șase copii născuți pe teritoriul britanic în cadrul căsniciilor nu era progenitura soțului. Combinația dintre stresul resimțit la vreme de război și oportunitățile de împerechere cu soldații americani care se aflau în trecere a sporit dorința oamenilor de a procrea.

12. De ce atât de multe femei preferă ciocolata în locul sexului

Pentru bărbați ciocolata este un aliment ca oricare altul și nu ceva ce dă dependență așa cum se întâmplă în cazul a numeroase femei. Femeile care au niveluri scăzute de serotonină sunt mai predispuse dependenței de ciocolată pentru că feniletilamina (FEA) – o substanță care conferă o senzație de bine și care se găsește în ciocolată – le îmbunătățește dispoziția. Femeile mănâncă în timpul ciclului mai multă ciocolată decât oricând, iar ciocolata este prima alegere pentru dependenții de heroină care încearcă să se reabiliteze. Ingredientele din ciocolată se atașează, de asemenea, de receptorii canabinoizi

din creierul feminin, ceea ce înseamnă că atunci când o femeie consumă ciocolată simte un soi de combinație între senzația de a fi îndrăgostit și cea de a fi fumat marijuana.

Zece motive secrete pentru care femeile preferă ciocolata în locul sexului

1. Ciocolata te satisface și când se înmoaie.
2. Poți mânca liniștită ciocolată în timp ce conduci.
3. Poți avea parte de ciocolată oriunde, chiar și în fața mamei tale.
4. Poți mânca ciocolată în orice moment al lunii.
5. Cu ciocolata nu-i nevoie să mimezi plăcerea.
6. Cuvântul „angajament“ nu sperie ciocolata.
7. Te poți înfrupta din ciocolată pe birou fără să-ți superi șeful.
8. Consumul de ciocolată nu înseamnă că trebuie să-ți scoli vecinii din somn.
9. După ce ai terminat cu ea, ciocolata nu te ține trează cu sforăituri.
10. Când vine vorba de ciocolată, mărimea nu contează.

Rezumat

Probabil că v-ați lămurit deja că femeilor chiar le face plăcere să facă sex, dar din motive foarte diferite decât cele ale bărbaților. Femeile își doresc să se simtă speciale, să fie respectate, să fie luate în seamă când se iau decizii importante și speră să se pună preț pe părerile lor. Pentru bărbații care citesc aceste rânduri ar trebui să ia în calcul faptul că dacă se vor purta altfel față de femei, considerându-le diferite de bărbați în ceea ce privește felul în care percep dragostea și sexul, vor descoperi un nou univers al răspunsurilor sexuale feminine pe care nici nu și l-ar fi putut închipui.

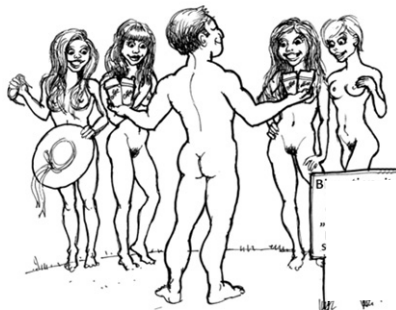
- Înțelegerea faptului că bărbații și femeile au nevoi și motivații sexuale diferite este cheia spre o viață sexuală bună și o relație fericită.
- Femeile au evoluat astfel încât să aibă un apetit sexual mai potolit decât bărbații, deoarece aveau nevoie de un răgaz după momentul nașterii, pentru a avea grijă de cei mici.
- Femeile au nevoie de stimuli emoționali. Dacă bărbații doresc ca partenera să fie cea care inițiază mai des sexul, trebuie să se arate drăgăstoși, grijulii, și să facă tot

soiul de lucruri prin casă, precum spălatul vaselor; o femeie stresată va plasa sexul la coada listei ei de priorități.

- Femeile își doresc să facă sex, poate chiar mai frecvent decât recunosc.

CAPITOLUL 10

13 strategii care vă pot îmbunătăți ratingul de cuplare



Bob era extrem de popular. Era singurul bărbat din tabăra de nudiști care putea transporta patru cafele și zece gogoși.

Opt lucruri pe care le pot face bărbații pentru a-și îmbunătăți ratingul față de femei

Pe parcursul acestei cărți v-am arătat principalele motivații pe care bărbații și femeile le au în ceea ce privește dragostea și sexul. Pornind de la cercetările pe care le-am menționat în această carte, studii întreprinse de psihologi evoluționiști și biologi, iată un amplu rezumat al acelor lucruri pe care mai bine de 20 000 de femei au afirmat că le consideră pași însemnați pe care îi poate face un bărbat pentru a-și spori ratingul de cuplare.

1. Să arate angajament

Afișarea angajamentului este un magnet puternic pentru femei, deoarece implică potențialul unui bărbat de a-și împărți cu ea resursele pe termen lung. Principalele semnale pe care femeile le folosesc pentru a identifica angajamentul unui bărbat sunt:

1. Manifestă interes și îngrijorare cu privire la problemele ei. Acest lucru demonstrează că bărbatul își va respecta angajamentul în vremuri dificile și că îi va oferi femeii sprijin emoțional.

2. O curtare permanentă. Dacă o veți scoate mereu în oraș, îi veți cumpăra flori, îi veți telefona, îi veți trimite scrisori, SMS-uri și emailuri, ea va deduce că ați putea fi parteneri buni pe termen lung și este mai probabil să vrea ceva mai mult decât partide trecătoare de sex. Studiile au arătat faptul că, cu cât este un bărbat mai insistent în a curta o femeie, cu atât e mai probabil ca aceasta să se mărite cu el. Singurul lucru de importanță crucială în ceea ce privește curtarea permanentă este ca femeia să aibă un cât de mic interes în bărbatul respectiv. A persista cu atențiile și curtarea atunci când ea nu are niciun interes este o formă de hărțuire, o obsesie.

2. Să arate încredere de sine

În 1989, Barkow a descoperit faptul că nivelul încrederii de sine a unui bărbat este direct legat de venitul lui și, așadar, de resursele de care dispune, concluzie corelată și cu aceea că bărbații care au venituri mai mari reușesc să aibă mai multe parteneri de sex pasager. Mai multe studii au demonstrat o realitate similară: cu cât un bărbat arată mai multă încredere de sine, cu atât îi va fi mai ușor să abordeze femei atrăgătoare într-un club sau bar. Simularea încrederii este, de asemenea, una dintre tacticile folosite de numeroși bărbați ca încercare de a atrage femeile, dar cele mai multe dintre acestea se pricep destul de bine să adulmece orice urmă de prefăcătorie. Stabilirea unor obiective clare pentru îmbunătățirea abilităților și resurselor sale duce la creșterea încrederii în sine a unui bărbat, și, ca urmare, corpul acestuia începe să producă încă și mai mult testosteron, ceea ce îi sporește, de asemenea, încrederea în sine. Un bărbat ar trebui să-și stabilească ținte precise, să aibă interese felurite, să fie în formă bună din punct de vedere fizic și să arate că este ambițios.

3. Să arate bunătate

Bărbații care se poartă atent față de o femeie arată că sunt sensibili față de nevoile ei sau fac lucruri utile indică faptul că vor fi alături de ea pe termen lung și că își vor direcționa resursele înspre ea. Cei mai mulți dintre bărbații al căror unic scop este sexul, rapid și pe termen scurt înțeleg această realitate și vor simula bunătatea purtându-se cu mai multă atenție, politețe sau arătându-se mai plini de înțelegere decât sunt în mod obișnuit. Este genul de strategie pe care o vor folosi bărbații care caută sexul pasager. Acesta este și cazul bărbatului atent din cale-afară cu o femeie pe care abia a întâlnit-o.

Din mai multe reviste pentru femei am pus cap la cap rezultatele a 53 de chestionare prin care femeile erau întrebate ce găesc atrăgător la un bărbat. Pe lângă fidelitate, iată topul primelor cinci:

1. Să arate empatie și înțelegere
2. Să asculte
3. Să fie manierat
4. Să fie grijuliu
5. Să ofere sprijin și ajutor

Acestea sunt, de asemenea, și cele mai puțin costisitoare strategii folosite de bărbați pentru a le atrage pe femei în scurte aventuri sexuale. Bărbații care caută sexul pasager vor proceda astfel speculând lucrurile pe care o femeie le caută la un partener permanent și afișând toate virtuțile pe care ea și le dorește la bărbatul „perfect”. Simularea intențiilor pe termen lung funcționează satisfăcător numai în cazul bărbaților – femeile nu o folosesc niciodată.

4. Să afișeze calități fizice

Numeroase femei înțeleg că pentru a atrage un bărbat trebuie să-l faci să se simtă puternic, așa că simulează neputința de a căra o geantă grea, de a deschide un borcan bine înfiletat sau de a omorî un păianjen. Atunci când li se cere să descrie bărbații de care sunt atrase, 92% dintre femei afirmă că preferă un bărbat cu brațe bine dezvoltate și un piept puternic – cu alte cuvinte, care arată ca un vânător de animale. Acum iată-ne în secolul XXI, în care există o sumedenie de cluburi și săli de gimnastică și săli de forță în care bărbați care pufăie și strâng din dinți și-mping la fiare se căznesc să-și facă trupurile să arate ca și cum ar fi capabile să prindă animale și să înfrunte dușmani. Un corp masculin plin de mușchi nu are azi nicio altă funcție practică în afară de aceea de a stârni admirația femeilor. O pereche de pătrățele abdominale bine definite nu au în zilele noastre alt rol decât de a fi admirate de către femei.

Pentru a atrage femei, bărbații își vor arăta în mod instinctiv abilitățile de vânător practicând sporturi, împingând greutateți, flexându-și mușchii, cărând greutateți și deschizând borcane bine înfiletate. Studiile arată că bărbații cu o constituție athletică au de două ori mai multă parte de sex pasager decât restul, mai puțin sportivi. Așadar, cititorii bărbați ar putea să se alătore unui club de

sănătate sau să înceapă propriul program de exerciții pentru a ajunge într-o formă bună și a se fortifica. După cum am spus deja, tipii grași și trândavi care seamănă la trup cu un măr se aleg cu femei frumoase numai în filme – iar filmele sunt ficțiune. Cu cât veți fi într-o formă mai bună, cu atât vă va crește stima de sine și încrederea în forțele proprii și veți atrage parteneri mai grozave.

Soția mea se afla în bucătărie, pregătind ca de obicei ouăle fierte moi și pâinea prăjită pentru micul dejun, purtând numai tricoul în care obișnuia să doarmă.

Nici n-am apucat să intru că s-a întors către mine și mi-a șoptit cu o voce suavă: „Trebuie să faci dragoste cu mine chiar acum!“ Ochii mi-au scânteiat și mă întrebam dacă nu cumva visez sau aceea chiar era ziua mea norocoasă!

Nemaidorind să pierd nicio clipă, am îmbrățișat-o și apoi am dat tot ce-am avut mai bun din mine, chiar acolo, pe masa din bucătărie. „Mulțumesc“, zise ea gâfâind și se întoarse la aragaz, având încă tricoul în jurul gâtului. Bucuros, dar ușor nedumerit, am întrebat-o: „Ce-a fost asta?“ „Ceasul aragazului s-a stricat și voiam să știu cât trebuie fierte ouăle“, spuse ea.

5. Să poarte haine potrivite

Antropologii John Townsend și Gary Levy de la Syracuse University au coordonat un experiment pentru a demonstra puterea hainelor scumpe de a atrage femeile. Li s-au arătat femeilor fotografii în care apăreau bărbați îmbrăcați cu haine extrem de scumpe, costume din trei piese, sacouri albastre elegante, cămăși albe și cravate ale unor designeri cunoscuți, purtând la mână ceasuri Rolex. Femeilor li s-a cerut să evalueze nivelul de atracție pe care-l simt față de acei bărbați și cât de probabil ar fi să accepte să iasă la o cafea, să accepte o întâlnire, să facă sex sau chiar să se mărite cu ei. Femeilor li s-au arătat apoi imagini ale exact acelorași bărbați, numai că îmbrăcați în haine mai modeste, precum tricouri și blugi, maiouri, șepcuțe de baseball și uniforme ale companiei Burger King. În ansamblu, femeile au afirmat că ar lua în calcul o cafea, o întâlnire, o partidă de sex sau chiar posibilitatea măritişului cu bărbații care purtau haine mai scumpe, dar nu ar lua în calcul aceleași lucruri cu bărbații îmbrăcați mai modest. Întocmai aceste rezultate au fost observate și în alte culturi. Una peste alta, concluzia este că vânătorul cel mai iscusit, cel care are cireada cea mai bogată de vite sau cele mai multe bijuterii se alege cu majoritatea femeilor.

Elizabeth Hill, Elaine Nocks și Lucinda Gardner au cercetat efectele atât ale hainelor, fizicului cât și ale bijuteriilor asupra atractivității percepute ale femeilor și bărbaților, intervievând 81 de femei și 61 de bărbați, cu toții studenți. Înfățișarea fizică a fost manipulată prin modificarea îngustimii veșmintelor și a pielii lăsate la vedere; statutul social a fost manipulat prin folosirea de îmbrăcăminte diferită, specifică anumitor clase sociale. Subiecții au notat ratingul reprezentanților sexului opus pentru mai multe categorii: fizic, posibilitatea unei întâlniri, grad de atractivitate sexuală sau în vederea unei căsătorii. Toate măsurătorile atractivității indicau ratinguri mai mari când modelele purtau haine mai deosebite, mai cu seamă atunci când fizicul nu era înfățișat. Accentuarea tușelor corpului producea o creștere în ansamblu a gradului de atractivitate sexuală, dar o scădere a celui de atractivitate în vederea căsătoriei.

Care este diferența între un bărbat care traversează criza vârstei mijlocii și un clown de la circ?

Clownul este conștient că poartă haine amuzante!

Bărbații nu vor să arunce piese vestimentare. Aceștia vor continua să poarte boxeri chiar și după ce elasticul acestora se va fi rupt și singurul lucru care nu-i lasă să cadă este îndoitura dintre picioare a pantalonilor. Numeroase femei au o modalitate foarte simplă de testare a hainelor – dacă nu ai purtat un anumit lucru de mai bine de un an, la gunoi cu el. Dacă au trecut cele patru anotimpuri și nu l-ai îmbrăcat, poți să-i faci vânt, mai ales dacă e vorba de lenjerie de corp. Un bărbat ar trebui să-i ceară partenerei, sorei, mamei, vecinei sau oricărei prietene să-i facă o evaluare critică a garderobei și să le îngăduie acestora să arunce tot ce e de aruncat.

6. Să demonstreze că e grijuliu

Psihologii evoluționiști Peggy La Cerra, Leda Cosmides și John Tooby au coordonat un experiment prin care le-au arătat femeilor imagini ale unui bărbat în trei ipostaze diferite: mai întâi bărbatul singur, apoi interacționând pozitiv cu un bebeluș și în cele din urmă fiind alături de un bebeluș care plânge, ignorându-l. Femeile au notat bărbatul care interacționa cu bebelușul ca fiind cel mai atrăgător, iar pe cel care îl ignora ca fiind cel mai puțin atrăgător. Atunci când bărbaților li s-au arătat imagini similare ale unei femei

cu un copil, nu au fost sesizate diferențe în ceea ce privește atracția resimțită față de femeia respectivă. Aceleași rezultate cu privire la atracția pe care o simt femeile față de bărbați au fost obținute și atunci când în locul copilului a fost folosit un cățeluș. În mod asemănător, bărbații s-au simțit la fel de atrași de femeie, indiferent de comportamentul ei față de cățeluș, deși au existat, totuși, unii care au afirmat că, deși e frumoasă, nu ar trebui să se poarte rău cu bietul câine. Cu copilul, mai treacă-meargă, dar nu cu câinele. Concluzia cu care trebuie să rămână bărbații după toate acestea e limpede: a acorda o deosebită atenție copiilor sau animalelor de companie ale unei femei se va dovedi un lucru extrem de productiv.

7. Să arate onestitate

Afișarea onestității a fost considerată de femei printre primele 10 strategii pe care bărbații le pot folosi pentru a se alege cu o parteneră pe termen lung. De asemenea, funcționează și simularea ei pentru a obține pe termen scurt o relație sexuală. Un bărbat care dorește să impresioneze o potențială parteneră pe termen lung nu ar trebui să exagereze în privința resurselor de care dispune și nici a statutului său. A-i spune unei femei că ai o afacere de catering, când tu de fapt ești doar un tip care livrează pizza se poate dovedi o strategie complet neinspirată, pe când dacă îi explici că ești un bărbat care s-a hotărât să o ia de jos pentru a cunoaște în amănunt toate dedesubturile afacerii astfel încât să ajungi într-o zi patronul propriei pizzerii o vei impresiona cu siguranță. A fi un om onest nu înseamnă să răspunzi afirmativ atunci când o femeie te întreabă „Nu cumva am fundul prea mare?“. Înseamnă să-i spui că o iubești exact așa cum este ea. Sigur, dacă ar slăbi nițel ești de părere că s-ar simți mai bine, dar pe tine asta nu te deranjează câtuși de puțin.

Ea: „Rochia asta îmi face fundul să pară mare?“

El: „Nu, fundul tău face rochia să pară mare.“

8. Să își arate dragostea

Orice acțiune care dovedește dragoste este un semn al angajamentului. Aici intră cumpărarea unor cadouri speciale pentru ea, afișarea unui comportament afectuos – mai cu seamă în fața altora – și rostirea în mod frecvent a sintagmei „Te iubesc“. Femeile notează intensitatea afișării dragostei în funcție de cantitatea de efort depus de un bărbat. Bărbații adeseori cred că a-ți afișa

dragostea echivalează cu a face un lucru deosebit sau costisitor. De exemplu, atunci când un tip îi trimite unei femei un buchet uriaș de flori, o invită la un restaurant scump sau lasă un bacșiș gras. Astfel de acțiuni cu siguranță aduc bile albe în contul unui bărbat, dar pe termen lung de o importanță crucială este efortul pe care acesta îl depune. Dacă el îi face viața mai ușoară ocupându-se de obligațiile casnice, având grijă de copii sau spălând vasele, astfel încât ea să aibă timp să se relaxeze la un masaj sau să meargă la cosmetică, atunci va puncta extrem de consistent în ochii ei. Eforturile depuse sunt mai importante decât lucrurile pe care le poate el cumpăra. Un bilet scris de mână de el în care i spune ei cât este de specială întrece oricând o bancnotă de 20 de lire sterline.

Cum vorbesc critic bărbații despre competitori

Un bărbat care dorește să întrecă ratingul de cuplare al unui competitor o poate face insuflându-i unei femei ideea că acel rival nu este ambițios, nu posedă cine știe ce lucruri și nu ar fi în stare să se impună și să fie liderul unui grup. Cu alte cuvinte, el micșorează potențialul rivalului de a agonisi putere și resurse. Poate, de asemenea, micșora gradul de atractivitate a unui competitor încercând să sugereze ideea promiscuității, indicând că nu poate rămâne loial unei femei – ceea ce se traduce prin faptul că el și-ar putea cheltui resursele în lung și-n lat în loc să și le canalizeze către femeia de alături. Ar putea spune în plus că rivalul are o prietenă stabilă și/sau copii, indicând astfel faptul că acela ar dispune de resurse mai puține pe care le-ar putea direcționa către o nouă parteneră. Această abordare funcționează, deoarece femeile sunt înclinate să aleagă bărbați care dispun de resurse sau au potențialul de a le obține. El nu spune că bărbatul celălalt este urât sau că își pierde părul, deoarece aceste lucruri sunt clasate foarte jos pe lista de doleanțe a unei femei. Din acest motiv, bărbații exagerează cu privire la criteriile care sunt importante pentru femei: le mint cu privire la slujbe, salarii, statut și nivelul de angajament pentru a încerca să-și crească ratingul de cuplare.

Cinci lucruri pe care le pot face femeile pentru a-și spori ratingul de cuplare

Pornind de la cercetările la care au luat parte peste 20 000 de bărbați, iată un rezumat colectiv al celor mai eficiente acțiuni pe care femeile le-ar putea întreprinde pentru a-și spori gradul de atractivitate și ratingul de cuplare.

1. Să își pună în valoare și să își îmbunătățească înfățișarea

Am analizat chioșcurile de ziare din 24 de țări și am descoperit că pretutindeni sunt scoase în față aceleași imagini și aceleași povești. Într-o ordine a priorităților, iată principalele articole de primă pagină care apar în revistele pentru femei:

1. Cum să vă îmbunătățiți înfățișarea
2. Cum să oferiți sau să aveți parte de sex mai bun
3. Relatări despre relația/sănătatea/înfățișarea cuiva
4. Mâncare – fie despre gătit, fie despre respectarea unei diete
5. Teste și concursuri pentru a evalua compatibilitatea cu un bărbat într-o relație

Femeilor li se spune cum să-și îmbunătățească înfățișarea pentru a obține mai multă dragoste și sex, dar apoi în reviste există și pagini în care li se dau indicații despre cum trebuie preparată mâncarea, ceea ce le va face pe femei să se îndepărteze întocmai de obiectivele menționate anterior pentru că se vor îngrășa.

Comparați astfel de articole cu acelea care figurează pe copertele revistelor pentru bărbați, articole în care se arată:

1. Cum să vă tonificați musculatura
2. Cum să vă îmbunătățiți virilitatea
3. Cum să aveți parte de mai multe partide de sex pasager
4. Articole care au legătură cu deplasările sau testosteronul – pescuitul, computerele, vânătoarea, sporturile, mașinile și carierele.

Din pricina faptului că bărbații pun atât de mult preț pe înfățișarea unei femei, acestea se străduiesc să arate mai valoroase din punct de vedere reproducător, afișând tinerețe, sănătate și atractivitate fizică. Femeile petrec de trei ori mai mult timp decât bărbații pentru a se îngriji de înfățișarea lor fizică, și cheltuiesc de 15 ori mai mult pe produse destinate să le întrețină acea înfățișare. Femeile care nu reușesc acest lucru își cam pierd avantajele în acest joc al cuplurilor. Deși, totuși, unii bărbați au ajuns să folosească acum anumite produse

cosmetice, de obicei aceștia se mărginesc la a folosi loțiuni după ras, creme pentru piele și produse pentru îngrijirea părului. Un bărbat care cheltuiește prea mult timp pentru a se îngriji de felul cum arată este privit de către femei fie ca fiind egoist, fie ca posibil *gay*, în ambele cazuri atractivitatea în ochii femeilor având de suferit.

Aproape toate mijloacele externe vizuale care pot fi de folos sunt folosite de către femei pentru a-i atrage pe bărbați. Aici intră folosirea de tocuri înalte astfel încât picioarele lor să pară mai lungi (fertilitate mai ridicată), unghii artificiale astfel încât mâinile să pară mai lungi, implanturi mamare pentru a arăta mai tinere, veșminte închise la culoare sau dungi verticale pentru a părea mai slabe, vopsitul părului, chirurgia plastică, folosirea de peruci sau căptușitul hainelor. În secolul al XIX-lea, multe dintre aceste tehnici erau ilegale, iar o femeie putea fi întemnițată dacă s-ar fi folosit de ele pentru a atrage un bărbat.

Motivul pentru care aceste strategii funcționează este pentru că au la bază preferințele profund înrădăcinate în creierile bărbaților. Nu e vorba de faptul că femeile ar dori să facă aceste lucruri, ci de aceea că bărbații le doresc, iar femeile sunt conștiente de acest lucru.

Un cerșetor se apropie de o femeie bine îmbrăcată care își făcea cumpărăturile într-o zonă scumpă din Beverly Hills și îi spuse: „Nu am mâncat nimic de patru zile.“ Femeia se uită la el și îi zise: „Omule, mi-aș fi dorit să am și eu o asemenea voință!“

Chirurgia plastică și industria produselor cosmetice țintesc nevoia femeilor de a-și îmbunătăți felul în care arată și de a apărea mai tinere și mai sănătoase în ochii bărbaților. Fondul de ten acoperă în mod omogen pielea și ascunde orice dovadă a unor posibile probleme de sănătate, iar o operație de înlăturare a ridurilor înlătură semnele de fertilitate scăzută. Rujurile și injecțiile cu colagen măresc buzele, iar tonurile roșiatice simulează o puternică irigație sanguină, fapt care transmite semnalul că o femeie ar putea fi receptivă din punct de vedere sexual. Rimelul face astfel încât ochii să pară mai larg deschiși și mai receptivi față de bărbați, iar șampoanele și balsamurile de păr indică faptul că starea de sănătate recentă a unei femei a fost excelentă. Bărbații consideră obrajii îmbujorați un semn de sănătate, astfel încât femeile folosesc *blush* pentru a-i păcăli. Deoarece bărbații sunt atrași de sâni tineri și fermi, femeile folosesc sutiene cu *push-up* sau apelează la operații de implanturi mamare.

Femeile care procedează astfel pretind că o fac pentru „a se simți mai bine în pielea lor“. Adevărul este că se simt mai bine în pielea lor pentru că bărbații sunt mai atrași de ele. Pe copertele revistelor care se adresează unui public feminin apar femei care afișează indiciile de tinerețe și sănătate la care aspiră orice femeie, în vreme ce revistele pentru bărbați înfățișează femei tinere care afișează aceleași indicii, plus anumite poziții și gesturi ale limbajului trupului care indică disponibilitatea sexuală. Pe copertele unor reviste pentru bărbați chiar apar bărbați numai atunci când este vorba de cum își pot aceștia îmbunătăți înfățișarea, clădindu-și un corp puternic, ca și cum ar fi gata de luptă împotriva unei fiare uriașe.

2. Să scoată în evidență fidelitatea

Dr. David Buss a identificat 130 de strategii de atracție în rândul oamenilor din 22 de culturi diferite. Iată cele mai importante trei lucruri pe care bărbații afirmă că le doresc de la femei:

1. Fidelitate
2. Evitarea sexului cu alți bărbați
3. Manifestarea devotamentului

Aceste trăsături au fost clasate de bărbați ca fiind importante pentru cel puțin 93% din ei; dacă o femeie le respectă, ele reprezintă niște indicatori foarte puternici care dovedesc paternitatea unui bărbat. Bărbații din timpuri străvechi nu aveau la dispoziție nicio metodă pentru a afla dacă un copil era cu adevărat al lor, dar aveau un harem de femei, astfel încât șansele unui bărbat de a-și crește proprii copii erau ridicate. Cele trei caracteristici menționate mai sus ar trebui să fie mai importante pentru bărbații secolului XXI decât pentru strămoșii lor, deoarece femeile din ziua de azi insistă asupra monogamiei. Asta înseamnă că opțiunile unui bărbat de a-și transmite genele mai departe se limitează la o singură femeie, astfel încât acesta are nevoie de garanții mai serioase pentru a fi sigur de paternitatea lui.

După cum am amintit înainte, abia după ce testele ADN au devenit o practică obișnuită, s-a demonstrat că în Marea Britanie, spre exemplu, un copil din 11 născuți în cadrul mariajelor nu este al soțului. De aceea, a afirma că o rivală nu poate fi fidelă unui singur bărbat s-a dovedit a fi una dintre cele mai eficiente strategii pe care le poate întrebuința o femeie. Ideea aici este că o asemenea

tactică funcționează numai atunci când un bărbat caută o femeie pentru o relație de lungă durată. Pentru un bărbat care nu urmărește decât aventuri și are o listă de cuceriri pe termen scurt, o femeie despre care se spune că ar fi alunecoasă și ușuratică este cu atât mai interesantă.

Faptul că bărbații detestă promiscuitatea feminină la partener pe termen lung a condus la peste 100 de cuvinte diferite în ultimii 1 000 de ani pentru a descrie o femeie ușuratică, majoritatea acestor cuvinte nefiind câtuși de puțin vorbe „de dulce“. Sunt foarte puține – dacă sunt – cuvintele negative care sunt folosite pentru a descrie promiscuitatea bărbaților, iar acești termeni sunt de regulă folosiți cu o anumită conotație, de mândrie sau invidie. Printre cuvintele folosite pentru femei se numără: curvă, târfa, parașută, coardă, futăcioasă, târâtură, ștoarfă, boarfă, prostituată, devoratoare de bărbați, femeie ușoară, rea de muscă, centralistă, nimfomană, damă de companie, curvuliță, pițipoancă, urjumă, guristă, japiță, ratchetă, centuristă, damă de noapte sau curviștină.

Acum iată câteva cuvinte folosite pentru a-i descrie pe bărbați: zeu al sexului, armăsar, dependent de sex, cocoș, playboy, călăreț, macho man, crai, gigolo, nărăvaș, pizdar, fustangiu, berbec, afemeiat, futălău, fălos, cu paloșu' mereu sculat, pulerez, don Juan, curvar, supercordac, tivitor, vaginar, parpalea, puliman, Casanova. O parte dacă nu chiar cele mai multe dintre aceste cuvinte sunt în mod direct sau indirect complimente pentru bărbați.

Cele mai bune trei căi prin care femeile își pot scoate în evidență fidelitatea sunt:

1. Să nu vorbească despre bărbații din relațiile anterioare.
2. Să nu flirteze cu alți bărbați.
3. Să nu facă sex foarte devreme la începutul unei relații noi. Devreme înseamnă înainte ca el să demonstreze că este gata să-și împartă cu voi resursele și timpul.

3. Să joace rolul celei greu de prins

A face pe timida, rușinoasa, sfioasa este, de asemenea, o strategie eficientă folosită de femei atunci când au de-a face cu bărbați care își doresc o relație de lungă durată. Timiditatea funcționează în acest caz în relația cu bărbații, deoarece indică faptul că o femeie ar putea fi greu de cucerit ceea ce reprezintă

un bun indicator al fidelității. Dacă o femeie este o „pradă ușoară“, un bărbat va presupune că ea va fi și la îndemâna altor bărbați, fapt care îi compromite lui certitudinile cu privire la paternitatea viitorilor copii. A juca rolul celei greu de prins este o excelentă strategie, deoarece face apel la două motivații primitive din mintea bărbaților: fidelitatea și siguranța că odraslele sunt cu adevărat ale lor.

„Sunt eu primul bărbat din lume cu care ai făcut dragoste?“ întrebă el. „N-ar fi exclus, zise ea. Parcă te știu de undeva.“

Oamenii de pretutindeni sunt cât se poate de interesați de reputația sexuală a altora și din această pricină numeroase emisiuni TV precum *Jerry Springer*, *Ricki Lake*, *Maurry Povich* și *Jeremy Kyle* pun accentul pe acest subiect – cine se culcă cu cine, de câte ori, de ce, unde și când, cine e tatăl? Cu toate acestea, pentru bărbații care caută o parteneră sexuală trecătoare timiditatea poate fi ceva negativ, deoarece indică faptul că ar fi nevoie de prea multă muncă de convingere, prea multe resurse investite din punctul lui de vedere. O femeie care amână partidele de sex își sporește ratingul de cuplare, deoarece îl obligă pe bărbat să o privească drept posibilă parteneră pe termen lung.

Acceptarea sexului într-o fază incipientă a unei relații îl face pe bărbat să perceapă femeia respectivă ca fiind doar o parteneră de sex pasager.

4. Să lase la vedere mai puțină piele

Nocks, Hill și Gardner le-au arătat bărbaților și femeilor o serie de imagini ale unor reprezentanți ai sexului opus în care era expusă mai multă sau mai puțină piele. Cu cât o femeie lăsa la vedere mai multă piele, cu atât o considerau bărbații o mai bună parteneră sexuală potențială pe termen lung, dar mai puțin potrivită pentru o relație de lungă durată. Cu cât veșmintele ei erau mai strâmte sau lăsau să se întrevadă mai mult, cu atât mai mult puncta ea ca parteneră sexuală pe termen scurt, sau era cotate mai jos ca posibilă soție.

Femeile au notat bărbații îmbrăcați mai sumar sau care purtau haine care lăsau mai mult corp la vedere ca fiind bune partide pe termen scurt, dar îi considerau pe cei îmbrăcați din cap până-n picioare ca fiind mai potriviți ca soți. Cu cât fusta unei femei era mai scurtă sau decolteul mai generos, cu atât

bărbații își aminteau mai puțin (asta în caz că le mai păsa) ce spunea femeia respectivă.

Lecția care trebuie deprinsă de aici este simplă: cu cât o femeie acoperă mai multă piele (mai cu seamă în zonele erotice), cu atât este ea percepută ca fiind o parteneră potențială mai bună pe termen lung.

5. Să pară naive, lipsită de ajutor, ascultătoare și cumiți

Dr. Buss a descoperit că aceste strategii funcționează destul de bine pentru atragerea de parteneri pe termen scurt (în 48% din cazuri), dar nu sunt la fel de eficiente pentru a atrage parteneri pe termen lung (23%). Ideea principală a acestor strategii este că un bărbat animat de dorințe pe termen scurt este mai puțin probabil să fie respins de o femeie naivă, ascultătoare sau lipsită de ajutor și i-ar fi ușor să o manipuleze. Așa se explică vechea poveste cu „blonda cea săracă cu duhul“.

Cum își critică femeile competitorile

Când o femeie vrea să diminueze ratingul de cuplare al unei rivale, îi critică acesteia frumusețea și sănătatea. Ar putea induce ideea că acea femeie are sâni falși, că s-a operat pentru eliminarea ridurilor, suferă de o boală cu transmitere sexuală sau că trece cu ușurință dintr-un așternut într-altul. Aceste acuzații funcționează, deoarece creierul bărbaților sunt predispuși să caute sănătatea, tinerețea și fidelitatea. Ea nu ar spune niciodată că rivala are o slujbă de nimic sau că locuiește cu chirie. Când vine vorba de exagerări, femeile îi mint pe bărbați cu privire la vârstă (tinerețe), cât de mulți iubiți au avut (fidelitate) și despre sănătatea lor (prin folosirea de produse cosmetice, tocuri înalte, chirurgie estetică și așa mai departe).

Deoarece bărbații pun atât de mult preț pe felul în care arată o femeie, acestea nu doar că se străduiesc să-și îmbunătățească înfățișarea, ci critică și fizicul rivalelor. Își denigrează competitorile, spunând despre ele că sunt grase, urâte, că nu au forme frumoase sau că nu sunt atrăgătoare: „Ai văzut-o în ce fel arată nemachiată?“ sau „Tipa aia are buze/țâțe false sau se machiază prea mult.“ Nu veți auzi niciodată o femeie spunând despre o rivală că este lipsită de ambiții sau că are o mașină de doi bani. Critica la adresa fidelității unei femei funcționează numai în cazul bărbaților care caută parteneri pentru relații de lungă durată. Dacă spuneți despre o femeie că este o târfă, aceasta devine de îndată mai atrăgătoare pentru bărbații care caută numai aventuri trecătoare.

Pentru a fi fericită alături de un bărbat este nevoie să îl înțelegi întru totul și să-l iubești puțin. Pentru a fi fericit alături de o femeie, trebuie să o iubești mult și să nu încerci câtuși de puțin să o înțelegi.

- Este posibil să-ți crești ratingul de cuplare în ochii reprezentanților sexului opus.
- Bărbații ar trebui să arate empatie și să le sprijine pe femeile din viața lor. Mici dovezi ale afecțiunii sau atașamentului reprezintă mult mai mult pentru femei decât niște cadouri mari și costisitoare.
- Dacă doresc să-și îmbunătățească ratingul de cuplare, femeile ar trebui să-și scoată în evidență fidelitatea, să evite să lase prea multă piele la vedere, să se concentreze asupra înfățișării lor.
- Atât bărbații, cât și femeile își vor critica din plin competitorii pentru a le scădea ratingul de cuplare. Bărbații vor critica resursele altor bărbați sau le vor contesta acestora potențialul de a agonisi resurse, în timp ce femeile vor ataca felul în care arată alte femei.

CAPITOLUL 11

Un viitor mai fericit împreună?



Indiferent de vârsta biologică, ori de câte ori ne îndrăgostim devenim adolescenți. Noua femeie își dorește să simtă fiorul iubirii, să aibă parte de o poveste de dragoste, de aventură, de pasiune sexuală, dar își dorește și să rămână o persoană liberă și independentă. Visul ei este să găsească un bărbat care să o iubească și care să-i îngăduie toate aceste lucruri. Noul bărbat își dorește ce și-a dorit orice bărbat dintotdeauna – să fie admirat, respectat, înțeles și vrea ca partenera să-i fie fidelă. Și dacă nu ar fi neapărat necesar pentru ea din punct de vedere financiar să lucreze, ar prefera ca ea să nu o facă.

Militantele feministe pornesc de la ideea că de mii de ani bărbații controlează resursele lumii și le controlează și pe femei pentru că le lasă însărcinate, astfel împiedicându-le să-și obțină propria putere și resurse. Când veți studia cu atenție istoria, aceste argumente cu siguranță vor părea adevărate – cel puțin la prima vedere. Dar dacă veți face un pas înapoi și veți încerca să vedeți tabloul mai mare al speciei umane, veți vedea că se naște o întrebare importantă – de

ce au evoluat bărbații astfel încât să își dorească să obțină resurse, putere, statut? Răspunsul este că femeile au evoluat ca purtătoare de copii și își doreau parteneri care dispuneau de resursele necesare pentru a-și hrăni și a-și proteja copiii. Cei mai mulți bărbați știu acest lucru la un nivel subconștient și acesta este motivul pentru care ei își petrec toată viața în căutarea unui statut și a resurselor pentru a se ridica la nivelul cerințelor impuse de femei. Din ce alt motiv bărbații de pretutindeni s-ar înfrunța unii pe alții și și-ar distruge sănătatea, dacă nu pentru slujbe mai bune, salarii mai mari, un statut mai privilegiat? O fac pentru că sunt conștienți că dacă îi întrec pe alți bărbați la capitole precum statutul sau întrecerea resurselor, vor putea atrage partenere de o mai bună calitate. Dacă bărbații nu ar fi nevoiți să se cupleze cu femei, nu s-ar mai simți nicidecum obligați să îndeplinească toate criteriile legate de resurse stabilite de femei. Bărbații ar alege o viață mult mai puțin stresantă, ar pleca la pescuit, ar bea bere, ar ațipi sau ar trage vânturi ori de câte ori ar dori.

În prezent, femeile din întreaga lume continuă să caute bărbați care dispun de resurse sau care au potențialul de a obține aceste resurse. De asemenea, îi resping pe bărbații lipsiți de resurse sau care nu au nici ambiția de a le obține. Unii oameni vor arăta de îndată cu degetul înspre cuplurile în care femeia este cea care aduce mai multe resurse, iar bărbatul este genul așezat, la locul lui, dar astfel de cupluri alcătuiesc o minoritate neînsemnată.

Bărbații care se căsătoresc câștigă mai mulți bani decât bărbații care nu se căsătoresc și au aceeași vârstă cu ei.

Unele feministe pretind că principalul obiectiv al unui bărbat este să le oprime pe femei. Realitatea este că bărbații se întrec între ei pentru a obține putere, statut și resurse, nu concurează cu femeile. Bărbații se iau la întrecere pentru a-și disputa femeile disponibile și se folosesc de criteriile femeilor pentru a-și evalua succesul în jocul resurselor. Nu doar că din pricina acestor permanente întreceri bărbații mor în medie cu șapte ani mai devreme decât femeile, dar majoritatea crimelor implică bărbați care omoară alți bărbați din pricini care țin de „treburile inimii“.

Închipuiți-vă cum ar fi dacă bărbații le-ar răspunde cu aceeași monedă femeilor în ceea ce privește nevoia lor de legătură și ar folosi discuțiile drept liant social. Imaginați-vă un bărbat zicând: „Vorbești la telefon ore-n șir cu prietenele tale –

nu cumva nu mă mai iubești? Nu sunt suficient de bun pentru a vorbi și cu mine?” sau, „Pe mine nu mă iei niciodată când cumperi pantofi – mereu te duci cu Josephine. Pe mine mă vrei doar pentru sex!”

Din nefericire, bărbații sunt puși la zid din pricina imboldurilor lor naturale, în vreme ce femeile sunt laudate pentru ale lor zicându-se despre ele că sunt „excelente comunicatoare”. Dacă ar exista, într-adevăr, egalitate întru totul, bărbații ar trebui să fie laudați pentru a fi niște „reproducători minunați”.

Deloc surprinzător, 76% dintre bărbați neagă faptul că evaluează o femeie din punct de vedere sexual, mai cu seamă, deoarece se tem de criticile care ar putea veni din partea femeilor, de a fi acuzați de hărțuire sexuală sau pentru că respectă „corectitudinea politică”.

Oamenii căsătoriți alcătuiesc în zilele noastre o minoritate

S-a zis cu căsătoria? Cei care sunt căsătoriți probabil că alcătuiesc acum o minoritate. Cuplurile căsătorite, al căror număr de zeci de ani este într-o continuă scădere în Occident, au ajuns să fie minoritare în SUA începând cu 2006. Cercetarea *American Community Survey*, dată publicității de Biroul American pentru Statistică, a arătat că 49,7%, sau 55 200 000, din cele 111 200 000 de gospodării americane erau alcătuite din persoane căsătorite – cu sau fără copii – procent în scădere de la 52%, cât se înregistra cu numai 5 ani în urmă. Cu o tot mai mare competiție a altor feluri de a trăi, instituția căsătoriei s-a aflat de zeci de ani într-o prăbușire continuă.

În 1930, procentul respectiv era de 84%. Până în 1990, proporția oamenilor căsătoriți a scăzut până la aproximativ 56%. Cercetarea nu a scos la iveală și detalii cu privire la orientarea sexuală, chestionarul având ca scop să evidențieze distincția între parteneri și simpli colegi de cameră.

În Marea Britanie, cuplurile care trăiau în concubinaj au depășit, în 2008, ca număr cuplurile căsătorite, potrivit Oficiului Național pentru Statistică. Între 1998 și 2007, numărul adulților înregistrați ca fiind căsătoriți a scăzut cu 8%, iar în 2007, mai puțin de jumătate dintre femeile cu vârste cuprinse între 18 și 49 de ani erau căsătorite, spre deosebire de aproximativ 75% dintre cele intervievate în 1979. De trei ori mai multe femei erau nemăritate în 2007 față de 1979. În 2006, au fost oficiate numai 236 980 căsătorii pe teritoriul Angliei

și Țării Galilor, cel mai mic număr înregistrat din 1895 încoace. Căsătoria are de înfruntat o competiție tot mai acerbă, un număr tot mai mare de adulți alegând să trăiască singuri sau în concubinaj.

Cuplurile pot decide să trăiască împreună din multe motive, dar date fiind dificultățile găsirii unei locuințe convenabile, aspectele practice pot fi aproape la fel de importante ca dragostea, deoarece în doi se poate trăi mai ieftin decât pe cont propriu. Mulți spun în zilele noastre că a accepta în prealabil o formă de coabitare e ca și cum ai lua parte la un soi de *test drive* relațional.

Indiferent de ce ne va aduce viitorul, este de o importanță vitală pentru supraviețuirea omului să iubească și să fie iubit. În California, mai mulți cercetători medicali au realizat un studiu timp de 9 ani în care au analizat răspunsurile a 7 000 de subiecți, bărbați și femei. Cercetătorii au descoperit că aceia care erau lipsiți de prieteni, rude, nu aveau soți sau iubiți și nici nu făceau parte din felurite grupuri sau comunități erau de 1,9 până la 3,1 ori mai predispuși să moară în această perioadă.

Un studiu similar desfășurat în Suedia a urmărit 17 000 de bărbați și femei de-a lungul unei perioade de șase ani și a scos la iveală faptul că aceia care se simțeau singuri sau izolați erau de 4 ori mai predispuși să moară în perioada respectivă, indiferent de rasă, sex sau formă fizică.

Sunt tinerii din ziua de azi mai informați?

Un studiu desfășurat în Marea Britanie a dezvăluit că 80% dintre adolescenți își pierd virginitatea la beție sau când sunt forțați de împrejurări să întrețină relații sexuale și mai bine de jumătate dintre ei fac sex neprotejat. Analiza răspunsurilor a peste 3 000 de elevi cu vârste cuprinse între 15 și 18 ani a evidențiat faptul că 39% dintre aceștia au făcut sex pentru prima oară fără ca unul dintre parteneri să consimtă. Aproximativ trei din zece și-au pierdut virginitatea din „cauze negative“, precum dorința de a-i face pe plac prietenului. Mai departe, 51% dintre fete și 37% dintre băieți au făcut sex neprotejat, în timp ce 58% dintre fete și 39% dintre băieți s-au culcat cel puțin o dată cu cineva fără a folosi prezervativ. Aceste statistici dezvăluie cât de mare este ignoranța care i-a determinat pe adolescenți să facă sex neprotejat.

Dovezi care au rezultat de pe urma unor studii care au vizat copiii din familii divorțate arată că mai toți copiii vor folosi aceleași strategii pentru găsirea unui partener pe care le-au folosit și părinții lor. În cazurile în care părinții se

despart, copiii trag concluzia că nu te poți bizui pentru toată viața pe un singur partener. Aceștia ajung mai repede la pubertate, fetele au prima menstruație la o vârstă mai fragedă, iar adolescenții fac sex mai devreme decât cei ai căror părinți au rămas împreună.

Toți acești factori indică faptul că tinerii din ziua de azi sunt din unele puncte de vedere mai informați cu privire la sex decât au fost părinții lor, dar au o atitudine mai puțin responsabilă cu privire la siguranța vieții lor private și sunt mai predispuși să riște sarcini nedorite, contractarea de boli cu transmitere sexuală sau SIDA decât au fost vreodată părinții lor.



„Nu ești cumva exagerat de precaut?”

De ce o nouă dragoste pare întotdeauna atât de promițătoare

La fel cum se întâmplă și în cazul altor specii animale, trecutul ne predispune la a fi atrași de parteneri cu care să putem da naștere la urmași mai puternici. Din acest motiv vă puteți pomeni că sunteți atrași uneori de cineva care nu respectă niciunul dintre criteriile de pe lista voastră de doleanțe. Dar numai faptul că puteți produce urmași puternici împreună cu cineva, nu înseamnă că veți și trăi fericiți până la adânci bătrâneți alături de acea persoană. De aceea, un bărbat va folosi replici încercate și verificate pentru a convinge o femeie că ea este aleasa lui – „Niciodată nu m-am mai simțit astfel față de o femeie” și „Avem o legătură spirituală profundă”. Este important ca o femeie să înțeleagă că un bărbat care spune astfel de lucruri într-un stadiu incipient al unei relații este probabil forțat de substanțele care sunt secretate în corpul lui să facă sau să spună tot ce este necesar pentru a-i da jos slipul. Substanțele din creierul ei o silesc de regulă să creadă astfel de fraze, iar detectorul ei de minciuni este în aceste momente închis. Sigur, savurați experiența și bucurați-vă de deliciale

unei iubiri timpurii, dar țineți minte că din punct de vedere emoțional este mai sigur să vă așteptați la o legătură mai puțin durabilă decât pare în aceste momente. În afara cazului în care bărbatul își dorește o relație permanentă, femeia este pur și simplu o pradă, iar el este vânătorul. Cei mai mulți dintre bărbați la începutul unei noi relații nu se așteaptă ca aceasta să fie de lungă durată. Bărbatul își dorește o femeie care să-i împlinească nevoile fundamentale și care să-i stârnească secreția unor substanțe la nivelul creierului. Atunci când acest lucru nu se mai întâmplă, el va face un pas înapoi, va negocia cu ea sau o va schimba cu altcineva.

Cu siguranță suntem diferiți

Există în momentul de față nenumărate dovezi care atestă că bărbații și femeile gândesc și se comportă în mod diferit. Următoarele amănunte reprezintă noi dovezi ale acestor variații de comportament.

Cum să faceți duș ca o femeie

1. Dați-vă jos hainele și lăsați-le într-un coș de rufe murdare, deosebindu-le pe cele colorate de albituri, pe cele sintetice de cele naturale sau făcute manual.
2. Îndreptați-vă către baie purtând un halat lung. Dacă soțul apare prin preajmă, acoperiți iute orice petic de piele ar putea fi zărit și grăbiți pasul către baie.
3. Priviți la trupul feminin din oglindă și scoateți-vă în evidență abdomenul.
4. Plângeți-vă și bociti puțin pentru că v-ați îngrășat.
5. Intrați în cabina de duș.
6. Căutați loțiunea pentru față, gelul pentru corp, diferiți bureți de baie, mai lungi sau mai lați, piatra ponce.
7. Spălați-vă o dată pe cap cu un șampon cu avocado și castravete, plus alte 83 de vitamine.
8. Spălați-vă încă o dată cu șamponul cu avocado și castravete, plus alte 83 de vitamine.
9. Folosiți un balsam cu avocado și castravete și uleiuri de portocale. Nu vă clătiți părul timp de 15 minute.
10. Spălați-vă pe față timp de zece minute cu o cremă exfoliantă din caise.

11. Spălați-vă pe restul corpului cu un gel de corp cu arome de biscuiți și prăjituri.
12. Clătiți-vă părul, stăruind asupra lui cel puțin 15 minute pentru a vă asigura că s-a dus tot balsamul.
13. Epilați-vă la subsuoară și pe picioare. Luați în calcul și zona inghinală, dar hotărâți-vă în cele din urmă ca pentru aceasta să folosiți ceară.
14. Țipați cât vă țin puterile când soțul trage apa la toaletă, motiv pentru care scade presiunea apei reci și vă opăriți.
15. Închideți robinetul.
16. Ștergeți cu mare grijă toate suprafețele ude din cabina de duș.
17. Acoperiți orice urmă cât de mică de mușcături cu spray contra mușcăturilor.
18. Ieșiți din cabina de duș.
19. Ștergeți-vă cu un prosop de mărimea unui mic stat african.
20. Înfășurați-vă părul într-un al doilea prosop, și mai absorbant.
21. Verificați-vă corpul pentru a vedea cele mai mici urme, coșuri sau fire de păr. În caz că depistați ceva, treceți la atac folosind unghiile sau o pensetă.
22. Întoarceți-vă în dormitor purtând un halat lung și cu părul înfășurat în prosop. Dacă soțul apare prin preajmă, acoperiți iute orice petec de piele ar putea fi zărit și grăbiți pasul către dormitor unde veți petrece o oră și jumătate pentru a vă îmbrăca.

Cum să faceți duș ca un bărbat

1. Scoateți-vă hainele în timp ce stați pe marginea patului și lăsați-le mototolite într-o grămăjoară.
2. Îndreptați-vă către baie în pielea goală. Dacă soția apare prin preajmă, scuturați-vă nițel penisul, scoțând un sunet specific: „uuu, uuu“.
3. Priviți-vă în oglindă fizicul masculin și sugeți burta. Admirați-vă mărimea penisului în timp ce vă scărpiți în fund.
4. Intrați la duș.
5. Nu vă mai chinuiți să căutați prosoapele de baie.
6. Udați-vă fața.
7. Dați cu apă la subsuori.

8. Suflați-vă nasul în palme, apoi clătiți-le.
9. Minunați-vă de cât de tare răsună vânturile trase la duș.
10. Petreceți majoritatea timpului spălând locurile private și zonele înconjurătoare.
11. Spălați-vă la fund, lăsând pe săpunul pe care l-ați folosit în acest scop fire de păr.
12. Șamponați-vă părul. (Nu folosiți balsam.)
13. Faceți-vă o creastă de șampon în vârful capului.
14. Scoateți capul din cabina de duș pentru a vedea cum arătați în oglindă.
15. Urinați în cabina de duș țintind gaura de scurgere.
16. Clătiți-vă pe tot corpul și ieșiți din cabină. Nu luați în seamă apa de pe podea, datorată cel mai probabil faptului că ați uitat să trageți perdeaua.
17. Ștergeți-vă parțial.
18. Priviți-vă în oglindă. Întindeți-vă mușchii. Admirați încă o dată mărimea penisului.
19. Lăsați la o parte perdeluța de la duș, udați mocheta de pe podea și stropiți din greșeală ventilatorul și becurile aprinse.
20. Întoarceți-vă în dormitor cu un prosop în jurul taliei. Dați-vă jos prosopul, scuturați penisul către nevastă, exclamați cu satisfacție „Da, păpușă!” și dați insinuant din pelvis.
21. Aruncați pe pat prosopul ud. Îmbrăcați-vă cu hainele pe care le-ați purtat și în ziua precedentă.

Opusele chiar se atrag?

Foarte probabil, vechiul clișeu potrivit căruia „opusele se atrag” a cauzat mai multe bătăi de cap și despărțiri între bărbați și femei decât oricare altul. E ca și cum ai spune că partenerii care alcătuiesc un cuplu vor fi atrași unul de altul, chiar dacă ei îi place curățenia, iar el își aruncă hainele pe jos, dacă el este înnebunit după fotbal, iar ea nu suportă meciurile, dacă ea iubește galeriile de artă în timp ce lui îi plac discotecile, sau chiar dacă el nu pune băutura în gură, iar ea aproape că este alcoolică. Toate studiile care analizează comportamentele, atitudinile și longevitatea cuplurilor arată limpede că deși în stadiile incipiente

ale unei relații există o oarecare atracție între opuse, pe termen lung aceasta reprezintă rețeta sigură pentru certuri și despărțiri. Cuplurile care nu se potrivesc în ceea ce privește valorile și concepțiile fundamentale se îndreaptă cu siguranță către divorț.

Asta nu înseamnă că toate cuplurile care au multe caracteristici opuse și idealuri diferite nu vor dura – o mică parte dintre ele chiar vor reuși – dar în cele mai multe cazuri, viețile partenerilor vor fi în permanență bombardate de certuri și neînțelegeri. Acest lucru face ca orice progres împreună cu scopul atingerii unor țeluri comune să fie lent și greoi. Când cuplurile au diferite obiective în viață, pierd un timp prețios încăpățânându-se să meargă în direcții opuse. David Buss a descoperit că acele cupluri care au parte de cele mai satisfăcătoare relații pe termen lung și suferă cele mai puține despărțiri sunt cele care au în comun aceeași rasă, religie sau apartenență la un grup etnic și care țin la aceleași valori, viziuni sau idealuri sociale, morale, etice și politice.

Secretul în acest caz este de a găsi parteneri pe termen lung cu aceleași idealuri și valori. Cu alte cuvinte, de a găsi pe cineva cu care să împărtășiți aceleași valori și convingeri fundamentale.

Cei mai proști amanți din lume

Așadar, care bărbați din lume sunt văzuți drept cei mai buni amanți și care drept cei mai proști? În 2005, Bayer Healthcare a dat publicității un raport intitulat „Sexul și femeia modernă“, în cadrul căruia au fost intervievate 12 065 femei cu vârste de peste 40 de ani, din 16 țări diferite, acestora adresându-li-se întrebări cu privire la nivelul de satisfacție sexuală produsă de bărbații lor. Printre țările analizate s-au numărat: Brazilia, Franța, Germania, Italia, Mexic, Polonia, Arabia Saudită, Africa de Sud, Spania, Turcia, Marea Britanie, Australia și Venezuela. Puțini sunt cei care vor ghici care femei s-au declarat cele mai satisfăcute. Este vorba de cele din Arabia Saudită, urmate de cele din Mexic, Spania, Italia și Venezuela. Femeile din Arabia Saudită se simt cele mai satisfăcute și mai împlinite per ansamblu (92%) și au cele mai ridicate cifre din această cercetare, 64% dintre ele afirmând că sunt „foarte satisfăcute“. Aproape toate femeile saudite cred că satisfacția sexuală a partenerului lor este, de asemenea, „esențială“ sau „importantă“ (97%). Femeile din Turcia sunt cel mai puțin satisfăcute în general (65%), doar 32% fiind foarte satisfăcute de viețile lor sexuale.

Femeile din Arabia Saudită sunt cele mai satisfăcute femei din lume din punct de vedere sexual.

Dr. John Dean, unul dintre consultanții studiului respectiv, a afirmat că în Arabia Saudită, la fel ca în majoritatea celorlalte societăți arabe, sexul joacă un rol foarte important în căsnicie; este un dar care trebuie savurat, iar bărbatul și nevasta au îndatorirea de a-l împărtăși. În general, în lumea musulmană sexul este ceva exclusiv rezervat cuplurilor căsătorite. În Coran, bărbații sunt învățați că femeile se cuvine să fie respectate și nevoile lor trebuie îndeplinite, iar petrecerea timpului împreună este importantă. În Coran citim că: „Nu se cuvine ca bărbatul să se prăbușească asupra femeii lui asemenea unei cămile. Mult mai cuviincios este un act precum cel al misionarului.“ O altă indicație adresată bărbaților este că: „Femeile au tot la fel de multe drepturi cât și obligații.“ Femeile din Arabia Saudită sunt conștiente de importanța sexului. Își doresc ca sexul să le împlinească și sunt, de asemenea, pregătite să le ofere acest lucru soților lor.

Cum văd sexul femeile din alte țări

Femeile care s-au declarat cele mai satisfăcute au considerat sexul ca fiind foarte important în viața lor. În America Latină, 92% dintre femei consideră satisfacția partenerului ca fiind „esențială“ sau „importantă“, în vreme ce 91% consideră același lucru despre propria satisfacție, iar 82% dintre femeile din Venezuela considerau sexul ca fiind important în viața lor. Femeile din Mexic urmează în top, 80% dintre acestea considerând că sexul este „important“ pentru ele.

Numai 61% dintre femeile din Marea Britanie au afirmat că sexul joacă un rol „important“ în viețile lor și numai 13% dintre franțuzoaice simțeau același lucru. Aproximativ 30% dintre femeile din Germania considerau sexul ca fiind „nu foarte important“ sau „câtuși de puțin important“ în viețile lor, în vreme ce 32% dintre femeile din Turcia afirmau același lucru.

Spontaneitatea în cadrul partidelor de sex, este „esențială“ sau „importantă“ numai pentru 92% dintre italiene – Polonia a fost a doua cu 91% –, dar numai 18% dintre britanice văd spontaneitatea în cadrul vieții lor sexuale ca fiind „esențială“. Acesta a fost cel mai scăzut procentaj dintre toate.

Femeile din Franța sunt cele care își doresc cel mai mult o îmbunătățire a vieții lor sexuale (37%), iar 26% dintre ele își doresc „uneori“ ceva îmbunătățiri. Femeile din Italia par a fi ceva mai mulțumite, numai 4% dintre ele dorind deseori o îmbunătățire a vieții sexuale și 14% dorindu-și acest lucru „uneori“.

Cine nu are parte de satisfacții?

Cele mai puțin satisfăcute femei din lumea occidentală sunt cele din Australia, 33% dintre ele afirmând că viețile lor sexuale nu erau „prea“ sau chiar „deloc“ satisfăcătoare, în comparație cu media globală de numai 16%. Doar 26% dintre australience își considerau viața sexuală ca fiind „foarte satisfăcătoare“, iar 36% erau „oarecum fericite“.

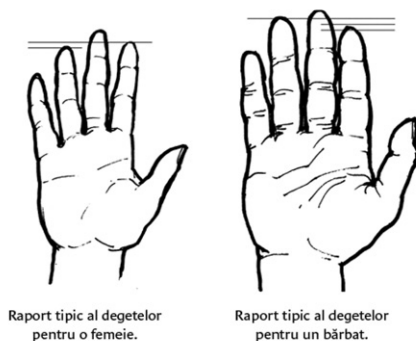
La un sondaj similar inițiat de rețeaua de socializare WAYN.com au luat parte 10 000 de femei din 50 de țări, ele fiind întrebate pe cine consideră cei mai buni amanți și ce anume le displace la bărbați din diferite țări. Chestionarul a evidențiat faptul că bărbații germani erau considerați cei mai proști amanți din lume, deoarece erau din cale-afară de egoiști. Pe locul doi au fost cotați bărbații suedezi, care sunt prea rapizi, bărbații olandezi completând podiumul, deoarece sunt prea lipsiți de delicatețe. Americanii (prea dominanți) erau pe locul patru, urmați de galezi (prea neglijenți), scoțieni (prea gălăgioși) și turci (care transpiră abundant). Englezii erau pe locul al zecelea (prea grași), urmați de greci, care miroseau prea puternic și apoi de ruși, care erau prea păroși. Cei mai buni amanți erau italienii și francezii.

O femeie se întâlnește cu un bărbat într-un bar. Vorbesc, socializează și pleacă împreună. Ajung la apartamentul lui, iar ea observă că dormitorul lui este plin de ursuleți de pluș drăgălași. Sunt cu sutele, cei mai mici pe podea, cei potriviți pe un raft ceva mai sus și cei mai mari pe raftul cel mai înalt. Ea se simte surprinsă de faptul că acest om are o asemenea colecție minunată de ursuleți și este impresionată de latura lui sensibilă. Se întoarce la el, cei doi se sărută, apoi după care fac dragoste foarte aprinși. După o noapte intensă de pasiune cu acest om sensibil, iată-i întinși alături, relaxându-se. Ea se rostogolește către el și-l întreabă: „Cum a fost pentru tine?“ „Alege-ți ce premiu dorești de pe raftul de jos.“

Urmăriți apetitul și succesul sexual

În sfârșit, știința a venit cu propria variantă de citit în palmă. Studiile recente au arătat că absolut orice lucru, de la înclinarea către un anumit sport, până la aptitudini intelectuale sau de la orientarea sexuală până la predispoziția față de o anumită boală se poate citi în funcție de lungimea degetelor.

Iată în cele ce urmează un experiment despre mâini pe care îl puteți face chiar acum. Țineți mâna în față și încercați să țineți degetele perfect drepte. Acum observați diferențele (în caz că există) între degetul arătător și cel inelar. Raportul dintre degetul arătător și cel inelar s-a demonstrat că are legătură cu expunerea față de testosteron a uterului.



În medie, bărbații tind să aibă degete inelare mai lungi decât femeile, care au în schimb arătătoare mai lungi. Cu cât este mai ridicat nivelul testosteronului, cu atât mai mare va fi lungimea degetului inelar și cu atât mai „masculin“ va fi orice copil născut cu acest raport, indiferent dacă este băiat sau fată.

Se știe de ceva vreme că acei oameni care au degete inelare mai lungi au o înclinație către performanțe sportive, mai cu seamă la alergări și fotbal, iar știința ne arată acum de ce se petrece acest lucru – degetul inelar are un număr mai mare de receptori de testosteron decât celelalte degete. Degetul arătător are un număr mai mare de receptori de estrogen. Un nivel ridicat al testosteronului îi determină pe oameni să-și aleagă anumite profesii și este răspunzător pentru orientarea sexuală, determinând, de asemenea, apetitul sexual.

O persoană al cărei deget arătător este mai scurt decât cel inelar a fost expusă la mai mult testosteron pe când se afla în uterul matern, pe când cineva care are arătătorul mai lung decât inelarul a primit mai mult estrogen. Aceste studii lămuresc de ce femeile al căror deget arătător este mai lung au tendința de a fi mai fertile decât cele care nu-l au. Diferența de lungime poate fi de numai 2-

3%, dar contează destul de mult pentru influențarea feminității sau masculinității cuiva.

„*Ridică-ți mâna și arată-mi degetele*“, îi ceru Ivor noii sale cuceriri. „*Dar de ce?*“ întrebă ea. „*Vreau să-ți admir lacul de unghii*“, îi răspunse el.

În 2007, dr. Mark Brosnan de la Universitatea din Bath a evaluat 100 de bărbați și femei, descoperind că un arătător mai lung indica abilități de exprimare în scris și verbal foarte bune. Acestea sunt capacitățile creierului dominate mai cu seamă de femei. Brosnan a descoperit, de asemenea, că mai toți copiii – atât băieți, cât și fete – care aveau degetul inelar mai lung sunt mai buni la matematică și fizică decât cei care au un raport invers între lungimea degetelor. S-a ajuns și la concluzia că un deget inelar mai lung poate fi în cazul băieților un lucru care să indice autismul, boală care este de patru ori mai frecventă la băieți decât în rândul fetelor, și că acești băieți s-ar putea confrunta cu un risc sporit de atacuri cardiace când ajung la maturitate. Lesbienele este mai probabil să aibă degete inelare mai lungi, fapt care arată că au fost expuse la niveluri mai ridicate de testosteron în uterul matern.

Profesorul John Manning, autorul volumului *The Finger Book*, a afirmat că raportul între degete s-a decis în stadiile incipiente ale sarcinii și că acesta reprezenta o măsură a expunerii la testosteron și estrogen, fiind, așadar, un indicator al potențialului ulterior de dezvoltare al unei persoane. Acesta a condus cercetări care i-au vizat pe bărbații homosexuali, despre care s-a descoperit că prezentau același raport între degete ca și femeile, fapt care arată că au primit mai puțin testosteron în perioada prenatală.

În 2008, John Coates și colegii săi de la Universitatea Cambridge au măsurat mâinile drepte pentru 44 de bărbați londonezi care lucrau la bursă și au recoltat probe de salivă de la ei dimineața și seara. I-au urmărit pe brokeri timp de 20 de luni și au descoperit că aceia care aveau degete inelare mai lungi față de cele arătătoare au făcut de 11 ori mai mulți bani decât aceia care aveau inelarele cele mai scurte. Pe parcursul aceleiași perioade, brokerii cei mai experimentați au făcut de aproximativ nouă ori mai mult profit decât cei mai puțin experimentați. Analizându-i pe brokerii cu experiență, cei care aveau degetul inelar mai lung câștigau de aproximativ cinci ori mai mult decât cei care aveau degetul mai scurt. S-a descoperit, de asemenea, și că aceia care aveau

un nivel ridicat de testosteron în timpul dimineții aveau mai multe șanse să facă profituri mari pe parcursul acelei zile. Se crede că raportul dintre degete pare să indice probabilitatea atingerii profitului în tranzacții, unde este nevoie de reacții rapide și de capacitatea de asumare a unor riscuri, deoarece testosteronul influențează agresivitatea, încrederea și disponibilitatea de asumare a unor riscuri.

Știința dragostei în viitor

Este foarte probabil ca știința să joace un rol important în viitor în felul în care iubim.

Studiile genetice cu privire la împerechere și la curtare s-au limitat până acum la studiul animalelor și la întrebări relativ simple. Cele mai spectaculoase studii de acest fel au fost efectuate pe șoareci de câmp americani, o specie de rozătoare. Aceștia sunt monogami și sunt înrudiți cu șoarecele de munte, care însă nu stabilește nicio legătură cu un partener, ci se împerechează cu orice exemplar din aceeași specie care-i iese în cale. Cercetătorii Thomas Insel și Larry Young de la Emory University din Atlanta, Georgia, au descoperit la monogamul șoarece de câmpie o genă care lipsește de la cel poligam, de munte. Gena respectivă a fost introdusă la șoareci de munte, masculi. Această simplă manipulare genetică i-a „vindecat” de promiscuitate pe jucăușii poligami. Foarte curând va fi posibil să fie modificați oamenii din punct de vedere genetic pentru a deveni monogami convinși sau dimpotrivă, aprinși maniaci sexuali.

Dragostea și căsătoria depind numai de chimie. Din acest motiv una o consideră deseori pe cealaltă deșeu toxic.

Adulmecând un partener bun

Oamenii de știință care studiază genetica și preferințele în ceea ce privește alegerea partenerilor au demonstrat că fiecare dintre noi este atras de oameni care au un anumit bagaj genetic, cunoscut sub numele de Complex Major de Histocompatibilitate (CMH). CMH este o familie de gene care le permit moleculelor ce alcătuiesc sistemul imunitar să identifice invadatorii. Cu cât sunt mai diferite genele CMH ale părinților, cu atât mai puternice vor fi

sistemele imunitare ale copiilor. În 1995, Claus Wedekind, profesor de biologie la Universitatea din Lausanne, Elveția, a coordonat celebrul experiment cu „tricoul transpirat“, care a arătat cum, în mod inconștient, alegem parteneri cu un CMH cât mai diferit de al nostru. Le-a cerut mai multor femei să miroasă tricouri purtate două nopți la rând de bărbați care între timp nu au folosit deodorant, apă de toaletă sau săpun. Tricourile au fost depozitate în cutii perfect identice. Femeilor li s-a cerut să le miroasă și să le nominalizeze pe cele de care se simțeau cel mai atrase. Într-o majoritate covârșitoare, femeile au preferat mirosurile unor bărbați al căror CMH era cât mai diferit de al lor. Un alt studiu din 2002 a demonstrat cum folosim, în principal, mirosul pentru a detecta CMH-ul unei persoane.

Cu toate acestea însă, dacă luau contraceptive orale, preferințele lor se schimbau. În 2005, un studiu la care au participat 58 de femei care luau pilule contraceptive a demonstrat că folosirea acestora le făcea pe femei să prefere bărbații cu un CMH similar cu al lor. Femeile care au participat la experiment și care nu luau astfel de pastile nu au avut nicio preferință anume. Asta demonstrează că o femeie care ia anticoncepționale își alege partenerul în funcție de instinctul ei natural. Astfel de studii arată că oamenii adulmecă la propriu feromonii posibililor parteneri, iar femeile preferă mirosul unor bărbați simetrici din punct de vedere fizic. Asta înseamnă de fapt „chimia sexuală“. Veți ști că ați simțit-o pe pielea voastră atunci când veți întâlni pe cineva și fără vreun aparent motiv anume, vă veți simți excitați în prezența acelei persoane.

Partenerul potrivit ar putea fi chiar sub nasul vostru.

Diferențele de rasă se reflectă în detectarea CMH. În 2008, profesorul Peter Donnelly, directorul Welcome Trust Center for Human Genetics din cadrul Universității din Oxford, alături de colegii lui a demonstrat că CMH are legătură cu alegerile de parteneri când vine vorba de americani cu origini europene, dar nu și în cazul celor cu origini africane.

Medicamentele și alte mijloace curative care sunt dezvoltate îi pot face pe oameni să se îndrăgostească, sau dimpotrivă, să nu mai iubească persoana de alături, după cum îi pot face și să își revină mai repede după o relație încheiată, așa că ne întrebăm ce ne poate rezerva viitorul în ceea ce privește dragostea? O mai bună cunoaștere a unui lucru adeseori atrage după sine capacitatea de a

controla și manipula acel lucru. Oamenii se vor putea imuniza împotriva dragostei folosind tratamente care preîntâmpină de la bun început apariția fenomenelor ce însoțesc dorința și dragostea pasională. Cineva cu un istoric modest în privința relațiilor personale se poate hotărî că posibilitatea unei iubiri noi ar fi pur și simplu prea dureros de îndurat și să dorească să se protejeze de orice distrageri amoroase, alegând să se dedice dezvoltării carierei. Sau se pot hotărî că dragostea este mult prea costisitoare și că ar fi mai bine fără ea. Sau poate vor dori să scape de partener îndopându-l cu o substanță care să-i taie orice urmă de dragoste sau care... să-l facă să se îndrăgostească de voi.

Pentru dragoste și îndrăgostiți, viitorul are de oferit noi perspective pe care până acum le-am văzut numai în filme.

Zece motive pentru care sexul este un bun medicament

1. Sexul vindecă depresiile ușoare, deoarece determină secreția de endomorfine în sânge, ceea ce produce o stare euforică, un sentiment de bunăstare.
2. Sexul este un antihistaminic natural. Poate ajuta la combaterea febrei sau a astmului. Nimeni nu se alege cu nasul înfundat în timp ce face dragoste.
3. Făcând dragoste puteți arde toate acele calorii pe care le-ați înmagazinat de pe urma unei cine romantice.
4. Sexul tonifică aproximativ orice mușchi din corpul uman și este mai distractiv decât să înotați 20 de lungimi de bazin.
5. În timp ce fac dragoste, femeile produc mari cantități de estrogen, care determină părul să strălucească și le conferă netezime pielii.
6. Cu cât faceți mai des sex, cu atât mai frecvent vi se va oferi. Un corp activ din punct de vedere sexual secretă mari cantități de feromoni. Aceste subtile parfumuri sexuale îi pun pe jar pe reprezentanții sexului opus.
7. Sexul este un tranchilizant de vreo zece ori mai eficient decât Valiumul.
8. Săruturile fac astfel încât saliva să curețe urmele de alimente rămase printre dinți și reduc nivelul acidității bucale, fapt care micșorează pericolul apariției cariilor și a depunerilor de tartru.
9. Sexul înlătură durerile de cap, deoarece conduce la detensionarea vaselor de sânge de la nivelul creierului.

10. Făcând dragoste lent, relaxat, scad șansele unor dermatite, erupții cutanate sau de urticarie. Transpirația produsă curăță porii și face pielea să strălucească.

Cum au fost păcăliți atât de mulți

Pledoaria pentru corectitudinea politică se încăpățânează să se opună tot mai numeroaselor dovezi care atestă faptul că ne-am născut cu anumite diferențe la nivelul creierului care ne determină preferințele și alegerile. Orice părinte care crește atât un băiat, cât și o fată poate depune mărturie că deși le acordă dragoste în mod egal copiilor săi, le oferă șanse egale, egalitate în orice, răspunsurile din partea celor doi vor fi diferite. Dăruieți un ursuleț de jucărie atât unui băiat, cât și unei fetițe de trei ani și veți vedea cum fata începe să-l îngrijească, îi dă un nume, iar ursul devine cel mai bun prieten al ei. Băiatul în schimb îl va rezema de un gard, va începe să arunce cu lucruri înspre el, îl va face bucăți pentru a vedea din ce și cum este alcătuit și în cele din urmă va pleca, lăsând în urmă o mizerie de nedescris. În timp ce o fată ascultă în liniște cum cântă o pasăre în copac, fratele ei va încerca să o lovească cu o piatră. Părinții nu și-au învățat niciodată copiii să se poarte în acest fel, pur și simplu astfel de comportamente sunt înrădăcinate în sinea lor încă de când se află în uterul matern. Și astfel bărbații vor continua să arunce ocheade oricărei femei cu sânii mari care trece pe lângă ei, la fel procedând și femeile cu orice bărbat bine făcut, cu ceas de aur la mână, un funduleț mic, un zâmbet simpatic și o mașină arătoasă.

Despre un bărbat nu se mai spune că „a făcut ditamai burdihanul de la bere“ sau că „s-a rătăcit în timp ce conducea“; în schimb el posedă acum „un dispozitiv de stocare a băuturilor obținute prin fermentare“ sau „investighează destinații alternative“. Acesta nu mai e un „boșorog chel“ căruia îi fug ochii după „prospături“; este acum o persoană care suferă de „regresie foliculară“ și care preferă „relațiile între generații diferite“. O femeie nu se mai numește „o parașută cu balcoane mari“ care este „rea de muscă“; ea este acum „o doamnă în pas cu timpurile în ceea ce privește sânii“ și care „a fost în trecut o însoțitoare plăcută“.

Cine cu cine se alege?

În viața reală, există numai un mic procent de potențiali parteneri extrem de atrăgători. Aceștia sunt doriți de marea majoritate a oamenilor care, de fapt, nu au ei înșiși ratinguri de cuplare foarte ridicate. Din acest motiv cei mai mulți se mulțumesc cu parteneri care au aproximativ același rating de cuplare ca și ei. Majoritatea oamenilor nu recunosc lucrurile mărunte pe care le fac zi de zi ca făcând parte din nevoia de a intra cu succes în competiție pentru atragerea de parteneri. De exemplu, puține femei își dau seama că achiziționarea unei creme de față pentru înlăturarea ridurilor, ori a unui ruj care să le evidențieze buzele, sau a unui balsam care să le facă părul să strălucească reprezintă o încercare de a întrece alte femei în a atrage atenția bărbaților. Bărbații care trag de fiare într-o sală de forță nu se gândesc că încearcă să-i întrecă pe alți bărbați în a părea în stare să vâneze și să înfrunte animale mari pentru a avea ce pune pe masă familiei. Cu alte cuvinte, să încerce să arate ca și cum ar putea avea control asupra resurselor.

Din cauza felului în care au evoluat criteriile de selecție a partenerilor la femei și bărbați, este practic imposibil pentru un cuplu să viețuiască fără ca din când în când să apară conflicte, pe măsură ce se schimbă circumstanțele. Odată ce veți accepta că este inevitabilă apariția conflictelor și veți alege strategii pentru a le înfrunța, viața voastră alături de sexul opus va ajunge să fie mult mai lină. Orice convingeri pe care le-ați putea avea cu privire la relații lipsite de conflicte ar trebui trecute la capitolul de povești de adormit copiii sau ficțiune. Calea către adevărata fericire relațională este de a înțelege nevoile partenerului și de a avea drept scop îndeplinirea acestor nevoi.

Relațiile se aseamănă binișor cu o slujbă cu normă întreagă și ar trebui să le tratăm ca atare. Dacă partenerul vrea să vă părăsească, ar trebui să vă dea un preaviz de două săptămâni. Ar trebui să existe plăți compensatorii, bonusuri de performanță și, înainte de despărțire, partenerul ar trebui să fie nevoit să găsească o alternativă temporară pentru voi.

Bob Ettinger

De ce probabil evoluția s-a încheiat

Atât în presa de popularizare, cât și în cea științifică există o adevărată pasiune în a da publicității studii care scot în evidență diferențele, în timp ce se

manifestă tendința ignorării cercetărilor mai obișnuite care indică faptul că nu există distincții de gen fundamentale. E mult mai ușor să uităm că bărbații și femeile sunt mai degrabă asemănători decât diferiți, sau că oamenii se mai schimbă cu timpul, atât la nivel individual, cât și ca societate în ansamblu. Principalele diferențe de gen de la nivel cognitiv s-au tot diminuat pe parcursul ultimelor trei decenii, inclusiv deosebiri „tradiționale”, precum superioritatea feminină în ceea ce privește abilitățile verbale și cea masculină în științe exacte precum matematica.

Una dintre cele mai recente explicații pentru acest fapt este susținută de teoria potrivit căreia copiii nu mai sunt despărțiți în ceea ce privește activitățile „de băieți” sau „de fete”, iar comportamentul are o relație profund interactivă cu activitatea hormonală și dezvoltarea unor abilități cognitive și structuri cerebrale – de exemplu, joaca de-a trânta, care pe vremuri era mai obișnuită în rândul băieților, ar putea ajuta la dezvoltarea abilităților spațiale.

Iată în cele ce urmează patru secrete importante pentru a dobândi fericirea în cadrul unei relații:

1. **Să aveți un mentor al relației** – este vorba de o persoană care să poată vedea limpede tot ce întreprindeți în cadrul unei noi relații.
2. **Nu vă așteptați ca în fiecare nouă cunoștință să-l descoperiți pe „cel ales”**. Din punct de vedere statistic, nu va fi așa. Recunoașteți, de asemenea, faptul că numeroase relații ratate pot deveni, totuși, prietenii de lungă durată.
3. **Evitați capcana vacanțelor**. Multe cupluri cred în mod eronat că a pleca împreună într-o vacanță este calea de a revigora sau întări o relație. Călătoriile sunt stresante și numeroase relații ajung să șchioapete în perioada vacanțelor din pricina alcoolului, a emoțiilor puternice sau a unui mediu nefamiliar. Niciodată nu mergeți cu o persoană pe care o cunoașteți de puțină vreme în locuri care vă pot stârni amintiri dintr-o relație precedentă.
4. **Evitați capcana copiilor**. De asemenea, numeroase cupluri cred în mod greșit că, într-un fel sau altul, nașterea unui copil le va repara ca prin farmec problemele relaționale. În schimb, de obicei se întâmplă exact pe dos. Copilul devine centrul atenției, viața sexuală a cuplului intră în

concediu, iar problemele cu care se confruntă se amplifică. Niciodată să nu faceți un copil dacă nu aveți o relație puternică și stabilă și dacă nu vă doriți amândoi copilul respectiv. Altminteri, nefericirea, divorțul și haosul sunt aproape inevitabile.

Când trebuie discutate problemele

Cele mai multe discuții cu privire la ce ne place sau nu ne place cu privire la viața sexuală au loc de obicei atunci când subiectul este prezent în minte. Din nefericire, acest lucru se petrece imediat înainte, în timpul sau după sex, momente care sunt cel mai puțin potrivite pentru a discuta cu privire la sex, deoarece fiecare partener are tendința de a se simți vulnerabil. Mai bine mergeți altundeva cu partenerul, în afara casei – la plajă, într-un parc, la o cafenea – pentru a discuta ceea ce vă place și ce nu vă place. Astfel fiecare persoană își poate păstra obiectivitatea, din moment ce sexul este puțin probabil să se petreacă în asemenea locuri (pentru majoritatea oamenilor).

Pentru o femeie, această situație poate deveni tot mai delicată odată cu trecerea timpului, pe măsură ce atracția gravitațională începe să-și facă simțită prezența asupra înfățișării, astfel încât ea va avea nevoie de mai mult sprijin din partea bărbatului care trebuie să-i spună că încă mai este o persoană sexy și atrăgătoare. Dacă nu primește acest sprijin, se prea poate ca ea să înceapă să-i respingă avansurile. Bărbatul trebuie să înțeleagă faptul că pe măsură ce o femeie înaintază în vârstă, aceasta are nevoie de tot mai multe asigurări că este încă sexy și atrăgătoare în ochii lui. În schimb, ea trebuie să priceapă că atunci când un bărbat tânjește după sex este atât de copleșit de testosteron încât nici nu va mai băga de seamă că ea are riduri.

„Ești un amant jalnic!” protestă ea. „Cum ți-ai putut da seama de asta în numai patru minute?” îi răspunse el.

Rezumat

Realitatea că majoritatea preferințelor noastre în ceea ce privește alegerea partenerilor și dorințele sexuale sunt înnăscute și înrădăcinate în creierile noastre nu ne condamnă neapărat la a fi controlați întru totul de biologie. Bărbații nu sunt osândiți să aibă niște vieți agitate din pricina nevoii de

varietate sexuală pe care o resimt, iar femeile nu sunt blestemate să-și petreacă viețile criticându-i pe bărbați pentru lipsa de angajament. Noi, oamenii, ne deosebim de alte specii animale prin aceea că avem capacitatea de a ne controla comportamentul și de a-l modifica, făcând alegeri în mod conștient. Știind ce anume ne determină să facem alegerile pe care le facem, devenim răspunzători pentru comportamentul nostru și urmările lui. Posibilitatea de a alege înseamnă că nu mai există scuze pentru anumite comportamente, precum „Eram atât de beat încât nu-mi pot aminti ce s-a întâmplat“ sau „Nu m-am putut controla“ sau „Din pricina lui Darwin am făcut asta!“ Creierul unei molii obișnuite a fost proiectat să-i îngăduie acesteia să se deplaseze la lumina lunii și a stelelor, dar asemenea oamenilor, molia trăiește acum într-o epocă în care nu sunt tolerate multe dintre comportamentele „din fabrică“. În ziua de azi avem capcane luminoase pentru insecte, iar dacă molia se îndreaptă orbește spre sursa de lumină, s-a fript. Și la fel va păți și orice om care refuză să înțeleagă originea dorințelor sale. Putem alege să ne ferim de lumină.

A presupune că bărbații și femeile nu se deosebesc din punct de vedere psihologic contravine tuturor lucrurilor pe care le știm despre strategiile de împerechere ale oamenilor și reprezintă un concept care poate că o fi corect politic, dar care produce confuzie, nefericire și dezastre relaționale pentru bărbați și femei de pretutindeni. Dacă excludem cazul în care bărbații ar ajunge ființe asexuate, așa cum și-ar dori unele militante feministe, aceștia vor căuta întotdeauna parteneri folosind drept criterii de evaluare fundamentale tinerețea, sănătatea și fertilitatea. Din punctul lor de vedere, femeile vor continua să caute bărbați care au un anumit statut, dispun de resurse și de putere.

Înțelegerea locului din care venim și a modului în care am moștenit motivațiile care ne animă ne îngăduie să controlăm prezentul și să direcționăm viitorul încotro dorim.

Unii oameni vor continua să susțină că între femei și bărbați nu mai există nicio diferență în ziua de azi și că, de fapt, au aceleași preferințe și imbolduri. Asta e ca și cum ai pretinde că vremea nu mai este când răcoroasă, când călduroasă, ci că temperatura a devenit mereu aceeași. Realitatea este că vremea tot vreme rămâne, indiferent de cât de mult ne place sau nu. A susține că diferențele sexuale dintre noi sunt acum minime e ca și cum ai pretinde că

bărbaților nu le mai crește barbă, iar femeile nu ar mai avea sâni. Putem să ne acceptăm unii pe alții numai atunci când vom înceta să mai negăm sau să avem anumite pretenții cu privire la dorințele noastre, când vom recunoaște originile și scopul din spatele impulsurilor pe care le avem și vom dezvolta strategii pentru a viețui cu aceste diferențe. În acest fel, putem deveni făpturi mai puternice în mâna cărora se află posibilitatea de a alege, și nu victime nefericite și confuze ale evoluției speciei.

*Potrivit Autorității Mondiale pentru Sănătate, 100 000 000 de acte sexuale se petrec în fiecare zi. Chiar în acest moment, potrivit rapoartelor privind populația globului: 69 763 395 de oameni fac sex; 48 816 098 se sărută; 27 250 951 se relaxează după ce au făcut sex.
1 biet individ singuratic citește această carte.*

Discutați problemele într-un loc neutru, la un moment convenit. În acest fel, amândoi veți fi atât relaxați, cât și obiectivi.

Bărbații și femeile sunt diferiți. Nici mai buni, nici mai răi, doar diferiți.

Cu toate acestea, fiecare dintre noi are posibilitatea de a face alegeri. Înțelegând diferențele dintre noi, putem face alegeri în cunoștință de cauză pentru un viitor mai fericit.