

# 人人都爱看美女

男人带着快乐和满足看 女人带着审视和对比看

凹凸高挑的身材、娇美精致的妆容……当这样一位妙龄女郎走在大街上时，不仅会引得男人连连回头，女人们也喜欢盯着看。国外多项研究显示，绝大多数人都喜欢看美女，其原因十分丰富有趣。

男人喜欢看美女主要有三方面的因素。首先，是人类性别进化的结果。英国斯特林大学的研究人员发现，女性外在美的标准多数与生育力息息相关，男性将符合这些标准的异性视为“美女”，例如臀部突出、胸大、肤色红润等，数亿年的进化过程中，男性已经生成了从视觉上迅速“定位”并追逐美女的能力。

其次，男人看美女能带来快乐感

和满足感。登于《英国皇家学会生物学学报》的调查报告称，脑部扫描的结果显示，男性在凝视美女的面部或身体时，会触动大脑的“满足中枢”。这种快感相当于吃了美食或是赚了钱。美国杜克大学医学院神经学研究中心的本杰明·海登博士表示，这也解释了一些男性为何钟情于收藏美女照片。

最后，看美女还能带来一些健康好处。英国研究人员耗时5年的研究显示，男性每天凝望美女10分钟，相当于做30分钟有氧运动，平均寿命可延长4~5年。此外，看美女还代表着男性在两性方面比较主动，容易有更多的恋爱机会。

女人爱看美女的原因与男人完全不同。英国一家网站发起的一项大规模调查显示，有超过一半的女性表示，她们喜欢打量美女，并且很享受这个过程。女人在看美女时会把重点放在打量对方的穿着、相貌、身材，甚至腰间多出的赘肉等方面。澳大利亚两性关系学家海伦·波勒分析，女性看同性，更多时候是为了映衬自己。同性更像是一面镜子，女性在对方身上能看到自己，并思考如何让自己变得更加美丽。(据《生命时报》)



## 小方法 让女人添自信

性爱质量与自信心密切相关，但很多女性在性生活前都会充满担心：腹部有赘肉、胸部不够大、可能会失败……这些想法打击着女性的自信心，甚至让她们拒绝性爱。以下一些小方法，可以帮助女性增加自信，提升性感受。

选一套最适合自己的内衣。丁字裤并非人人合适，蕾丝胸罩有时会显得肤色暗淡。所以不要被杂志和电视上的推销误导，要选择最适合自己风格的内衣。首先型号要合身，太大或太小都会让自己不舒服，从而降低自信心。其次，要符合个性，如果平时比较俏皮，有可爱图案的小短裤会增加你的可爱，如果喜欢低调，黑色的内衣能增加神秘感。最后，要根据肤色来选择，例如皮肤暗就不要穿橙色。

把灯光换成粉红色。很多女性有这样的经历，在灯光柔和的试衣间里，自己会看起来更美。性爱时灯光太亮会增加女性的不安感，所以把卧室里的灯换成粉红色或者加个灯罩遮挡，会让你减少担心。

放首你最喜欢的歌。莎士比亚曾说，“音乐是性爱的粮食”。在性爱前听着你最喜欢的歌曲，轻声哼唱，会让你身心放松，性欲更容易被唤起。

清洁身体变换发型。做好身体上的准备能帮助女性提升自信。女人应在平时注意胸部的运动和保养，尽可能保持乳房的弹性和光滑手感，性爱前细致地洗澡，身体涂抹上润滑的乳液，把头发弄得好看一些，并在性爱中有意挺胸收腹。

学会性幻想。性幻想是性感觉的重要来源，也是性反应“发动机”。女性可以想象自己是某段浪漫爱情的女主角，从爱情小说中寻找灵感。

喝一点红酒。酒能帮助女性集中精神，增强爱的感受、帮助达到性高潮。尤其是红酒，意大利的研究显示，性爱前一小杯红酒，能让女性面颊绯红，性幻想丰富，还能借着酒劲化解一些性爱尴尬。(詹妮弗·伯曼)



## 男人抬头帅 女人低头美

怎样才能获得异性的好感?刊登在《印度时报》上的一项研究指出，除了良好的礼仪、干净整洁的衣服以及热情的微笑，脸的倾斜角度也会在在一定程度上影响你在异性眼中的魅力。

澳大利亚面部进化化学研究专家进行了一项研究。他们发现，很多模特在拍照时喜欢低头，收拢下巴。于是，研究者们做了一组3D电脑模特图片，将同一张面孔倾斜不同的角度，再让被试者从中选出他们觉得最有女人味和男人味的图片。结果发现，低着头眼睛向上看的女性最有女人味，抬起头眼睛向下看的男人更有男人味。

美国加州大学的专家从进化的角度进行了解释，因为男性的身高要略高于女性，因此他们看女性的面孔时一般需要从上往下低着头看。经过漫长的进化之后，大自然就在男性的基因里深深刻入了这样的印象：那些比自己矮，眼睛向上看着自己面孔的，才是美女。相反，对女性来说，她们看到的男性面孔多为从下往上的仰视角度。因此对于女人来说，头部后仰，眼睛往下看着自己的男性自然更有

男子汉气概了。因此，研究者建议，女性不妨多低下

头，变得羞涩一些；男人不妨抬头挺胸，显示出自己的自信。(刘利波)



## 澄清六个性误区



在性方面，很多错误观念根深蒂固，一定程度上影响了人们的“性福”。近日，美国性学专家雷切尔·C·韦里曼博士和亚伦·E·卡罗尔博士出版新书，对一些最常见的性误区进行了澄清。

**误区一：女性对阴茎大小很在意。**男人总是担心“那里”的尺寸，女人其实并没那么在意。韦里曼博士表示，在一项针对5万多名异性恋男女进行的调查中，85%的女性表示对性伴侣的阴茎大小感到满意，而只有55%的男性对自己的阴茎尺寸感到满意。对女性来说，除去实质性爱，亲吻、爱抚、拥抱都能大大提升她们的性感受。

**误区二：性爱有助减肥。**性爱确实会消耗热量，但是做爱35分钟只能消耗85~150千卡的热量。理论上，消耗3500千卡热量才能减重450克，因此，必须做35次爱才能减掉450克体重。现实情况是，没有人有这么好的持久力。

**误区三：只有男人会梦遗。**男人有性梦时，常常会出现梦遗。一般认为女性不会出现这种情况。但美国一项调查发现，在受访的245名女性中，有做过性梦后湿了下身经历的占37%，其中在过去一年有此经历的达30%。专家们认为，女性在睡梦中同样可以达到高潮。

**误区四：巧克力能催情。**韦里曼博士说：“没有证据表明巧克力和牡蛎能明显调动情欲。”不过，她表示，人的性心理十分神奇微妙，如果一种食物能令人联想到身体特定部位，如香蕉、樱桃等，那么也能起到调动性欲的作用。

**误区五：刺激阴蒂才能使女性高潮。**从刺激乳房、乳头，到刺激阴道、阴蒂，女性达到性高潮的方式多种多样。韦里曼和卡罗尔表示，通过刺激除生殖器以外的其他身体部位所达到的高潮被称为“区域性高潮”。

**误区六：每个女人都有G点。**事实上，研究人员并不完全确定G点是否存在。韦里曼表示：“尚未发现确凿的科学证据证实或证伪G点的存在。”韦里曼表示，如果一名女性身上不存在G点，那就不要一门心思地去找寻G点所在。“只需以令你享受的方式体验性爱即可。”

(李悦康)