## Мужчины терпеть не могут женщин, которые не следят за собой

* "Я терпеть не могу женщин, которые едят все подряд, а потом жалуются, что много весят или что у них плохая кожа".
* "Вы знаете, чего я не выношу? Женщин с плохим вагинальным запахом. Я не могу заниматься с ними оральным сексом. Разве они не понимают, как это ужасно?"
* "Я не говорю, что женщина обязательно должна смотреться как фотомодель, но у меня вызывают отвращение женщины, которые плохо выглядят - мешковатая одежда, бесформенные прически, - все это вызывает у меня чувство, что они недостаточно уважают меня и даже не стараются для меня выглядеть хорошо".

Дамы, я ненавижу говорить об этом, но мы должны всегда помнить, что у мужчин вызывают жуткое раздражение наш небрежный вид и плохие привычки. Впрочем, то же самое чувствуют и женщины в отношении неаккуратности мужчин. Мужчины могут не говорить вам о том, что их раздражает ваш внешний вид; более того, они даже могут отрицать это. Но, поверьте мне, это так. Список жалоб, которые высказывали мне мужчины, когда я собирала материал для этой книги, удивил меня. Он включал:

* небритые подмышки и ноги;
* запах изо рта;
* "усы";
* немодная одежда;
* нездоровое питание;
* неестественные волосы (слишком откровенно выкрашенные или завитые и т. д.);
* изношенные вещи или бесформенные халаты дома;
* неприятный вагинальный запах;
* дряблость тела;
* плохая кожа, скрываемая косметикой;
* несвежий запах тела;
* облупившийся лак на ногтях.

Я должна сказать, что наиболее часто повторялась жалоба на плохой вагинальный запах.

### Почему это вызывает раздражение у мужчин

Как мы уже обсуждали раньше, мужчины более ориентированы зрительно, чем женщины. Мужчине очень легко возбудиться от визуального раздражителя, но ему также просто испытать отвращение к тому, что он видит. Несмотря на то, что женщины часто высказывают в адрес мужчин те же жалобы, они гораздо быстрее переступают через эти претензии, погружаясь в свои эмоции. Мужчин же больше поглощает физическая близость.

### Почему женщины делают это

Не существует каких-либо убедительных психологических оправданий, почему некоторые женщины не следят за собой. Это может происходить из-за лени; нежелания; недопонимания; чрезмерной занятости детьми; недостаточной просвещенности в вопросах здоровья и гигиены. Но главное, что здесь нужно знать и помнить: на мужчин производит отталкивающее впечатление (если не сказать больше) не следящая за собой женщина, так же как и на нас - не следящий за собой мужчина.

### Решение:

**1. Задайте себе вопрос: а если бы я была мужчиной, понравилась бы я себе?**

Никто из нас не является физически совершенным, но каждый может ухаживать за собой, добиться того, чтобы быть приятным - хорошо пахнуть, иметь хорошую кожу. А ведь все это так важно в сексе. Составьте список того, что вы можете сделать, чтобы стать более сексуальной: изменить прическу, использовать лосьоны для тела и т. д.

**2. Вы - это то, что вы едите.**

Если вы едите жирную пищу - вы будете толстой. Кстати, нечистое дыхание и неприятный запах тела обычно являются признаками плохой диеты. Обратите внимание на пищу, сделайте ваш рацион более здоровым. Вы сразу станете лучше выглядеть, лучше себя чувствовать!

**3. Занимайтесь зарядкой, чтобы выглядеть и чувствовать себя более сексуальной.**

Научные исследования показывают, что женщины, занимающиеся регулярно физическими упражнениями, чувствуют себя более сексуальными и получают от секса гораздо больше удовольствия, чем те, которые этого не делают. Возможно, вы никогда не думали о зарядке и об эротике, но связь между ними прямая! Внесите в свою жизнь какой-либо вид физической активности, будь то прогулки, занятия в спортзале, велосипедная езда или просто танцы под любимую музыку, когда вы одна.

**4. Попробуйте на вкус свои вагинальные выделения.**

Нет, это не новый эксцентричный сексуальный акт. Это практический совет, который может помочь вам узнать больше о своем собственном теле. Я уверена, что вы осознаете, что ва-гинальный запах и вкус вагинальных выделений меняются на протяжении вашего месячного цикла. Если вы ведете сексуально активную жизнь, я предлагаю вам ежедневно брать пальцем пробу своих вагинальных выделений, чтобы знать, каков их вкус и запах. И если ваша реакция будет:

"Бр! Ужасно!" - тогда позвольте задать вам вопрос:

**почему же мужчина должен прикасаться ртом к тому, что, на ваш взгляд, отвратительно?**

Если вам не нравится ваш запах или вкус ваших выделений, почему это должно нравиться ему?! Вместо того чтобы пережить неприятные минуты, когда ваш мужчина, начав заниматься с вами оральным сексом, вдруг неожиданно прекратит, знайте лучше наперед все особенности вашего тела. Если вы чувствуете, что запах и вкус ваших выделений не так свежи, как вам хотелось бы, у вас есть два выхода: ополосните вагину водой с уксусом (не используйте никакую парфюмерию - она содержит много химических раздражающих веществ) или дайте знать своему партнеру, что вы сегодня не настроены на оральный секс.

Обратите внимание: если вагинальный запах - это ваша постоянная проблема, посетите гинеколога. У вас может быть инфекция, о которой вы даже не подозреваете.

**Список использованной литературы:**

1. Барбара де Анджелис. Секреты о мужчинах, которые должна знать каждая женщина. ЭСМО-ПРЕСС, 2000 г.
 Барбара де Анджелис - профессор, специалист по проблемам взаимотношения между мужчинами и женщинами.