

*Uwodzicielska*  
**MOWA CIAŁA**

**OCZARUJ, ZDOBĄDŹ I ZATRZYMAJ FACETA**

**TONYA REIMAN**

autorka bestsellerów *Potęga mowy ciała*  
oraz *Potęga perswazyjnej komunikacji*

Tytuł oryginału: The Body Language of Dating: Read His Signals, Send Your Own, and Get the Guy

Tłumaczenie: Olga Kwiecień-Maniewska

ISBN: 978-83-246-4475-9

Copyright © 2012 by Tonya Reiman.

All rights reserved, including the right to reproduce this book or portions thereof in any form whatsoever.

Simon & Schuster is the original publisher of this title.

GALLERY BOOKS and colophon are registered trademarks of Simon & Schuster, Inc.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from the Publisher.

Polish edition copyright © 2012 by Helion S.A.

All rights reserved.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz Wydawnictwo HELION dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://sensus.pl/user/opinie/uwomof>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydawnictwo HELION

ul. Kościuszki 1c, 44-100 GLIWICE

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)

WWW: <http://sensus.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Printed in Poland.

- Kup książkę
- Poleć książkę
- Oceń książkę

- Księgarnia internetowa
- [Lubię to!](#) » Nasza społeczność

---

# Spis treści

<i>Podziękowania</i>	9
<i>Wstęp</i>	11
<b>ROZDZIAŁ 1. Rzeźbienie mężczyzny</b>	17
<i>Jak ewolucja kształtowała wspaniałe męskie ciało</i>	
<b>ROZDZIAŁ 2. Magnetyzm męskiego ciała</b>	59
<i>Atrakcyjność przystojnego okazu zdefiniowana</i>	
<b>ROZDZIAŁ 3. Skrojenie kobiety</b>	73
<i>Jak ewolucja ukształtowała słodką i krągłą postać kobiecą?</i>	
<b>ROZDZIAŁ 4. Fascynacja kobiecym ciałem</b>	91
<i>Odkrywanie najseksowniejszych kobiecych cech</i>	
<b>ROZDZIAŁ 5. Długo- czy krótkodystansowiec?</b>	107
<i>Fizyczne cechy mężczyzny, które mówią o jego zdolności do długofalowego zaangażowania</i>	

<b>ROZDZIAŁ 6.</b> Mózg męski i kobiecy <i>Parkowanie równoległe, czepialstwo, emocje... od kołyski po grób</i>	117
<b>ROZDZIAŁ 7.</b> Czy ja już pani gdzieś nie widziałem? <i>Rola, którą lustro odgrywa w doborze partnera</i>	149
<b>ROZDZIAŁ 8.</b> Twarze prokreacji <i>O przelotnych romansach z twardzielami</i>	157
<b>ROZDZIAŁ 9.</b> Męskie szaty godowe <i>Upierzenie godowe samca gatunku ludzkiego</i>	163
<b>ROZDZIAŁ 10.</b> Gorące wskazówki <i>Mowa ciała, która zdradza Twoje wewnętrzne pragnienia</i>	175
<b>ROZDZIAŁ 11.</b> Czy on na Ciebie leci, czy też ma Cię dość? <i>Jak uniknąć odrzucenia dzięki właściwemu odczytaniu mimiki twarzy i mowy ciała</i>	199
<b>ROZDZIAŁ 12.</b> Gdy to tylko przelotna sprawa <i>Jak rozpoznać nałogowego podrywacza i jego sztuczki</i>	239
<b>ROZDZIAŁ 13.</b> Pewność siebie własnej produkcji <i>Mowa ciała znamionująca pewność siebie: samospełniająca się przepowiednia</i>	247
<b>ROZDZIAŁ 14.</b> Gadanie nic nie kosztuje... <i>i dlatego jest dobrą inwestycją</i>	261
<b>ROZDZIAŁ 15.</b> Na dwoje babka wróżyła <i>Wykorzystanie dotyku we flircie</i>	277
<b>ROZDZIAŁ 16.</b> Czy masz nosa do facetów? <i>Siła zapachu — najstarszej swatki na świecie</i>	291

<b>ROZDZIAŁ 17.</b> Co na siebie włożyć...	303
<i>aby zrobić odpowiednie wrażenie na mężczyźnie</i>	
<b>ROZDZIAŁ 18.</b> Trzymaj go w niepewności...	323
<i>Tajemnicza Ty: najlepiej sprzedający się thriller</i>	
<b>ROZDZIAŁ 19.</b> Most do przyszłości	331
<i>Jak oprzeć swoje życie uczuciowe na solidnej konstrukcji</i>	
<b>ROZDZIAŁ 20.</b> Jak zdobyć faceta — podsumowanie	339
<i>10 rad, jak w praktyce zastosować mowę ciała na randce</i>	
<i>Źródła zdjęć</i>	345
<i>Bibliografia</i>	351



# Rzeźbienie mężczyzny

## JAK EWOLUCJA KSZTAŁTOWAŁA WSPANIAŁE MĘSKIE CIAŁO

Tysiące lat temu, gdy poranne słońce rozświetliło niebo pełne ptaków szybujących w poszukiwaniu owadów i wydobyło z ciemności przestrzeń sawanny, ukazując na niej czworonożne istoty, które pasły się, polowały lub uciekały, aby nie stać się łupem innych... nagle wśród traw pojawiła się zupełnie wyjątkowa istota, całkowicie odmienna od pozostałych zwierząt.

Podobnie jak ptaki stała na dwóch nogach. Podobnie jak małpy miała wyraźnie rozwiniętą muskulaturę. Podobnie jak najsprytniejszy z drapieżników wyposażona była w błyskawiczny refleks i zdolność do obrony. Czujnym wzrokiem przeszukiwała otoczenie. Nie będąc niczym osłonięta, stała jak najbardziej bezwolna ofiara na dzikich, niewybaczających żadnej nieostrożności równinach łądu, nazywanego dziś Afryką.

Jednak w odróżnieniu od innych zwierząt, które kiedykolwiek ukazały się w świetle wschodzącego słońca, to stworzenie *stało*, górując nad większością czworonogów zamieszkujących sawannę. Dwie z jego kończyn, których nie używało ono do podpierania się, wyposażone były w długie, sprawne palce. Jego futro koncentrowało się niemal wyłącznie na głowie, tworząc tam rozczochraną czuprynę, podczas gdy reszta ciała była niemal bezwłosa i naga. Jego ramiona

były szerokie, nogi długie, a budowa ciała odmienna niż u jakiegokolwiek innego zwierzęcia w tym ogromnym ekosystemie.

Dzisiejszy człowiek ma wiele cech wspólnych ze swoim wczesnym przodkiem, nawet jeśli w swoim czasie tamten wydawał się wybrykiem natury. Ludzki mózg wciąż jest naszą największą i najskuteczniejszą bronią, sprzymierzeńcem w drodze do modernizacji i najbardziej seksownym ze wszystkich organów. Ponieważ środowisko wymagało od człowieka, aby w coraz większym stopniu korzystał ze swojego mózgu, jego twarz i budowa ciała zmieniały się, przystosowując się do powiększających się rozmiarów mózgu.

Chociaż w ciągu miliona lat w budowie twarzy i ciała człowieka zaszło wiele zmian, nasi przodkowie są nadal dla nas rozpoznawalni.

*Ewolucja* — dla niektórych to pojęcie jest kontrowersyjne, dla innych oznacza jedyne słuszne wyjaśnienie pewnych zjawisk, a pozostałych intryguje niczym tabu. Aby zrozumieć ideę ewolucji cech, musisz zastanowić się nad tym, jak różnorodną postać mogą mieć ludzie. Są wysocy i niscy, z uszami przylegającymi lub odstającymi, niebiesko- lub brązowooczy, rudzi i blondyni. Niektórzy mają szerokie ramiona, duże nosy, pełne usta i szczupłe biodra, a inni nie. Każda ludzka twarz i każde ciało jest inne.

Ewolucja nie jest czymś, co wydarzyło się bez powodu, w oderwaniu od środowiska. Nie była to jakaś magiczna przemiana, w trakcie której ludzkie ciało nagle się zmieniło na oczach zdumionej reszty stworzeń. Ewolucja przebiegała przez miliony lat, podczas których ludzie — poprzez dokonywane przez siebie wybory — wyeliminowali reprodukcyjne cechy, które mogły doprowadzić do eksterminacji naszego gatunku.

Dzisiejszy przeciętny mężczyzna jest o 30% silniejszy od statystycznej kobiety. Ciało mężczyzny zwykle składa się w około 12,5% z tłuszczu, podczas gdy ciało kobiet (czasami ku ich rozpaczy) zwykle zawiera go około 25%. Mężczyzna może się poszczycić około 28 kilogramami czystych mięśni, podczas gdy kobieta ma ich zaledwie około 15 kilogramów. Dzięki płucom, sercu, kościom i mięśniom, które są większe niż u kobiet, zdrowy mężczyzna jest w stanie podnieść ciężar dwukrotnie przekraczający jego wagę. Przeciętnie mężczyzna jest o 7% wyższy i o 10% cięższy od kobiety.

Wiele z umiejętności typowych dla samca ludzkiego gatunku staje się widocznych już w życiu płodowym i od razu po urodzeniu. U noworodków płci męskiej pracownicy porodówek zauważają często wyższy poziom hemoglobiny, większą masę i długość ciała, jak również bardziej energiczne ruchy.



## Wyjaśnienie ewolucyjnej dwuznaczności

Ludzie i małpy człekokształtne są genetycznie bardzo podobni, ponieważ mają wspólnych przodków.

Twój daleki kuzyn Jacuś nie jest jedyną małpą, z którą masz coś wspólnego. Genetyczne podobieństwa pomiędzy ludźmi a małpami człekokształtnymi są bardziej uderzające, niż wielu z nas byłoby gotowych przyznać (choć czy gdyby publiczne dłubanie w nosie lub obrzucanie przeciwników odchodami było społecznie akceptowane, to czy ktoś z nas by się przed tym powstrzymał?). Ludzie są jednak znacznie bardziej skomplikowani, inteligentniejsi i bardziej uduchowieni niż zwierzęta, które mogłyby — albo i nie — prześcignąć Jacusia w intelektualnym wyrafinowaniu.



Na ewolucję można patrzeć pod różnymi kątami. Możemy ją postrzegać jako coś, co miało na celu zapewnienie przetrwania naszego gatunku, jako skutek uboczny ludzkich wyborów reprodukcyjnych lub jako efekt przypadkowych mutacji genów. Tylko Ty możesz dokonać wyboru swojej perspektywy poznawczej, jednak niezależnie od Twojej postawy dowody na istnienie ewolucji odrzucić jest trudno, o ile w ogóle jest to możliwe.

Analogicznie, mali chłopcy mają też zwykle skłonność do aktywnych zabaw, nie dającą się zaspokoić ciekawość oraz upodobanie do brudnych zabaw, podczas gdy małe dziewczynki to sama słodycz. Wydaje się, że ludzki samiec już od życia płodowego przystosowywany jest do trudnych zadań, jakim musieli niegdyś poddać jego przodkowie.



Miliony lat temu kobiety, głównie ze względu na swoją rolę w rodzeniu dzieci, musiały zostawać w jaskiniach, aby opiekować się potomstwem, zbierać jagody (oraz zdobywać inne rodzaje pożywienia, jednak jedynie w sposób niewymagający użycia dużej siły czy przemocy) i ogrzewać legowiska. Rola kobiet w zapewnieniu istnienia przyszłych pokoleń była zbyt istotna, aby można było ryzykować ich obecność na polowaniu czy w walce.

Mężczyźni zapładniali kobiety, a następnie wyruszali, aby zdobyć pożywienie dla plemienia. Udawali się na niegościnną sawannę, aby szukać jedzenia i podbojów. Zdarzało się też, że ginęli w wyniku niesprzyjającej pogody, ran i stresu. Męskie ciało zostało tak skonstruowane, aby przetrwać tego rodzaju środowiskową traumę i móc się rozmnożyć, przekazując swoje cechy potomstwu. Pozwala nam to zademonstrować teorię doboru naturalnego Darwina. Darwin utrzymywał, a większość dzisiejszego środowiska naukowego zgadza się z nim w tej kwestii, że określone cechy przetrwały, ponieważ dawały ich posiadaczom jakieś korzyści. Tak więc przymioty charakteryzujące dzisiejszych mężczyzn pozwalały ich przodkom nie tylko przetrwać w trudnych warunkach, ale też wrócić do domu i spłodzić dzieci o tych samych atrybutach.

Zatem jednoznacznie męskie cechy przetrwały, ponieważ się sprawdziły i wciąż sprawdzają.

Zacznijmy od czegoś, co umożliwiło samcom ludzkiego gatunku nie tylko poruszać się w pozycji wyprostowanej, ale też uciekać przed drapieżnikami, które mogłyby zmieść ludzki gatunek z powierzchni Ziemi. Dzisiaj ta część ciała utrzymuje cały przemysł zajmujący się wytwarzaniem obuwia w rozmaitych rozmiarach oraz produkcją pochłaniających zapachy wkładek do obuwia.

**Męskie stopy wciąż nie wyszły z buszu.** Gdybym miała wymienić najbardziej zaniedbany element męskiego ciała, to byłyby nim stopy. Dlaczego? Stopy nie zawierają żadnych ważnych organów, nie prowokują do myślenia, nie są stymulujące pod względem seksualnym (pomińmy tu fetyszyzm) i zazwyczaj uważane są za coś mało estetycznego, co należy schować w skarpetach i butach, spryskać dezodorantem i może wywietrzyć w jakiejś sprzyjającej chwili.

---

**Zbliżenie na ciało.** Duży palec u stopy skierowany ku przodowi mówi nam co nieco o ludzkiej ewolucji, a kierunek, który wskazują stopy człowieka, zdradza nam jego pragnienia. Ponieważ człowiek nie kontroluje świadomie tego, gdzie skierowane są jego stopy, są one doskonałym wskaźnikiem podświadomych zamiarów. Jeśli jego stopy wskazują na Ciebie, to jest Tobą zainteresowany.

---

Zwykle mężczyźni mają bardziej wysklepione podbicie niż kobiety. Zapewne ma to związek z potrzebą posiadania sprężystego kroku, który ułatwiał ściganie zwierzyny na polowaniu lub ucieczkę przed niebezpieczeństwem.

Ludzie są niezwykli pod tym względem, że chodząc, opierają się na całej stopie. Większość innych ssaków opiera się jedynie na palcach lub palcach i części śródstopia (przypomnij sobie wygląd psiej łapy). Z tego powodu wysklepienie podbicia stało się konieczne, aby móc maszerować wygodnie... a więc bardziej wydajnie i przez dłuższy czas.

Oczywiście nie możemy zapomnieć o koszmarze śmierdzących stóp. Ponieważ mężczyźni mają większe stopy, mają też na nich więcej gruczołów potowych. Gdy męskie stopy są ukryte w butach przez zbyt długi czas, powoduje to uwolnienie się zapachu, który może nam przypominać kapustę, ser, rybę czy siarkę. Te nieprzyjemne zapachy są rezultatem funkcji metabolicznych bakterii, pamiętaj jednak, że w dawnych czasach cały ten bukiet odorków był użyteczny i ułatwiał wytropienie danego osobnika.

## Wielkie palce u stóp, czyli coś za coś

Biorąc pod uwagę rozmiar stóp w porównaniu z ludzkim wzrostem i niebagatelną wagą, inżynier mógłby dojść do wniosku, że człowiek powinien się przewrócić przy pierwszym podmuchu wiatru. Clown ubrany w wielkie buciory wygląda na kogoś obdarzonego lepszą równowagą i bardziej proporcjonalnego niż przeciętny człowiek — dopóki oczywiście nie weźmie się pod uwagę wielkiego palca u stopy.



Zwróć uwagę na różnicę pomiędzy wielkim palcem u stopy goryla a własnym

Gdy ludzcy przodkowie zeszli z gałęzi na ziemię, ważniejsze od zachowania funkcji chwytnych i możliwości obierania owoców stało się to, aby palce u stóp umożliwiały zachowanie równowagi i szybkie przyspieszenie. Przeciwny duży palec u stopy był problemem dla istot poruszających się po ziemi i osobniki obdarzone taką budową rzadko odnosiły ewolucyjny sukces. Dawni ludzie musieli być w stanie szybko się poruszać, aby przetrwać w środowisku pozbawionym drzew. Dlatego dzisiaj człowiek, ilekroć odpycha się od ziemi, aby zrobić krok, jest w stanie wykorzystać swoje palce u stóp, ładnie ustawione w jednym rzędzie — proces naturalnej selekcji skutecznie odsiał bowiem dwunogi, które nie posiadały tej umiejętności.

Zastanów się: czy gdyby ktoś zawiązał Ci oczy, potrafiłabyś powiedzieć, kto właśnie zdjął swoje buty sportowe — czy Twój brat, czy Twój chłopak?

Dzieje się tak dlatego, że każdy człowiek nosi na sobie inną mieszankę bakterii odpowiedzialnych za powstawanie nieprzyjemnego zapachu. Ponieważ zapach ludzkich stóp u różnych osób jest inny, nasi przodkowie byli w stanie wytropić się

nawzajem na podstawie tego zapachu. Jeśli członek plemienia zaginął, został ranny lub porwany, to jego współplemieńcy byli w stanie wywęszyć jego ślady i przyjść mu na ratunek (co pozwalało ocalić jego umiejętności przydatne na polowaniu i przez to korzystne dla całego plemienia). Uratowany mężczyzna mógł następnie dochrapać się potomstwa, przekazując mu między innymi skłonność do śmierdzących stóp.

Niemniej jednak ta umiejętność tropienia rodzi kolejne pytania: czy nieprzyjemny zapach ludzkich tropów nie byłby też w stanie ściągnąć drapieżników o dobrym węchu i pustych żołądkach? Znany dwudziestowieczny antropolog Louis Leakey sugerował, że zapach naszych przodków był tak nieprzyjemny, że odstraszał drapieżniki. Mogło to mieć związek z jego wysokobiałkową dietą. Jeśli Leakey ma rację, to prehistoryczny wilk tropiący człowieka wiedziałby, że tropi należącego do nieznanego mu gatunku mięsożercę (ze względu na obrzydliwy zapach) o dużych rozmiarach. Ponieważ większość zwierząt jest ksenofobiczna, czyli boi się rzeczy nieznanych, wilk mógłby się wycofać i poszukać sobie bardziej swojskiej zdobyczy. W miarę jak człowiek rozwijał swoje umiejętności obrony i polowania, byłby w stanie coraz lepiej walczyć z tropiącymi go drapieżnikami, co z kolei nauczyłoby je, że to wcześniej nieznanie im stworzenie jest groźne, a jego zapach należy kojarzyć z niebezpieczeństwem. Z tego względu tropem człowieka o intensywnym zapachu stóp drapieżniki podążałyby rzadziej, rozumiejąc, że w tym przypadku same by się łatwo mogły stać zdobyczą.

## Stopa z bieżnikiem

Palce stóp, podobnie jak dłoni, wyposażone są w linie papilarne, których układ jest inny u poszczególnych osób. Gruba skóra, która występuje jedynie na podeszwach stóp i wnętrzach dłoni, jest pozbawiona owłosienia (cecha ta występuje u wszystkich naczelnych). Jej zadaniem jest umożliwienie mocnego chwytu. U dawnych ludzi linie papilarne stóp pełniły taką samą funkcję, jaką pełni dobry bieżnik w oponach. Dobra przyczepność była niezwykle istotna dla ludzkiego przetrwania i możliwości prokreacji w sytuacjach, gdy człowiek ścigał zwierzyń, uciekał przed niebezpieczeństwem, wspinał się na drzewo lub wchodził na partnerkę podczas kopulacji (dobry powód, aby i dzisiaj mężczyźni przed stosunkiem zdejmowali skarpetki).

Traktujmy więc męskie stopy z szacunkiem, nawet jeśli nigdy nie doświadczą pedicure i nie odświeżą powietrza w pokoju. Może nie są zbyt piękne pod względem estetycznym ani miłe w dotyku, bywają też niezbyt higieniczne, niemniej jednak należy im przyznać, że są użyteczne. Bez tej skomplikowanej maszyny, która jest na tyle istotna, aby zasłużyć na poświęconą sobie gałąź medycyny (podiatrę), mężczyzna mógłby nie przetrwać dostatecznie długo, aby przyjść do klubu, na randkę czy wkroczyć na dobre w Twoje życie.

**Długie nogi dają przewagę.** Ludzie to jedyne dwunogi na Ziemi, które chodząc i biegając, poruszają się tylko na „tylnych” kończynach. Inne naczelne potrafią biec na tylnych łapach jedynie przez krótki czas. Niektóre ssaki i ptaki skaczą na tylnych kończynach przez całe życie, jednak żaden z nich nie byłby w stanie przebiec linii mety maratonu w pozycji w pełni wyprostowanej.

Z ludzką wyprostowaną postawą wiązała się nie tylko konieczność szybkiego nauczenia się, jak przechytrzyć drapieżniki i polować (ludzie zeszli z drzew i byli bardzo narażeni na ataki), lecz również potrzeba szybkiego biegania. Każdy, kto oglądał transmisje z letniej olimpiady, rozumie, że jeśli chodzi o nogi, to krótkie i grube zupełnie się tu nie sprawdzają. Większość sportowców olimpijskich ma nogi, które są co najmniej średnio- lub bardzo długie i równają się co najmniej połowie ich całkowitej wysokości.

Ponieważ nasi przodkowie spędzali dużo czasu, starając się przechytrzyć niebezpieczeństwo lub uciec przed nim, proces naturalnej selekcji faworyzował osobniki z dłuższymi nogami. Jeśli w szkole na zajęciach z wychowania fizycznego zdarzyło Ci się ścigać z kimś długonogim, to wiesz, o czym mówię. Na każde Twoje dwa kroki taka osoba mogła zrobić jeden. Mogła biec koło Ciebie bez widocznego wysiłku, podczas gdy Ty przed zajęciami wołałaś się pozbyć zawartości kiszek, aby nie dźwigać niepotrzebnego ciężaru, gdy rozlegnie się gwizdek do startu.

Bez wątpienia nasi przodkowie o dłuższych nogach mieli lepsze szanse na ucieczkę przed zagrożeniem lub na doścignięcie zwierzyny na polowaniu. Gdy weźmiesz pod uwagę, że mężczyźni spędzali większość czasu na takich właśnie zajęciach, znajdziesz prawdopodobne wyjaśnienie, dlaczego nogi mężczyzn w procesie ewolucji stały się dłuższe i bardziej umięśnione niż kobiece.

Dobrze umięśnione nogi są u współczesnych ludzi spotykane powszechnie. U naszych przodków stanowiły konieczność. Gdy człowiek przyjął postawę wyprostowaną, „tylne” kończyny musiały przyjąć na siebie dwukrotnie większe obciążenie niż wcześniej. Nie tylko spoczywał na nich większy ciężar, ale stały się też w większym stopniu odpowiedzialne za utrzymanie równowagi. Muskulatura,

która się w wyniku tego rozwinęła, odpowiada za to, że człowiek jest w stanie poruszać się prosto, szybko i płynnie do przodu.

Nogi mężczyzn w stosunku do ich wzrostu są dłuższe niż nogi kobiet, ponieważ chłopcy dojrzewają wolniej niż dziewczęta, co daje ich nogom więcej czasu na rośnięcie. Wprawdzie to wolniejsze tempo rozwoju przez całe tysiąclecia powodowało, że chłopcy byli nieco bardziej narażeni na ryzyko w okresie dojrzewania, jednak gdy ten etap dobiegał końca, mieli za to pewne mechanizmy, które pozwalały im lepiej uciekać przed niebezpieczeństwem i skuteczniej polować na zwierzynę. Mężczyźni o krótkich nogach łatwiej mogli zostawać z tyłu za współtowarzyszami, gdzie padali często ofiarą drapieżników, podczas gdy ich wyżsi, długonodzy towarzysze docierali do obozowiska z łupem.

Ogólnie rzecz biorąc, mięśnie łydki u mężczyzn są bardziej widoczne i wydają się umieszczone wyżej, dlatego że mają większą masę i dlatego że ich nogi są dłuższe.

---

**Zbliżenie na ciało.** Często niezdecydowanie mężczyzny można rozpoznać po jego *asymetrycznej postawie ciała*. Jeśli jedna noga wysunięta jest w Twoim kierunku, tak jakby mężczyzna chciał zrobić krok w Twoją stronę, jednak ciężar ciała spoczywa na drugiej nodze, to oznacza, że chciałby się do Ciebie zbliżyć, ale się waha.

---

Gdy następnym razem będziesz na siłowni i zobaczysz jakiegoś adonisa, zwróć uwagę na długość i muskulaturę jego nóg. Jeśli na pierwszy rzut oka wydaje się, że proporcje jego ciała są nieskazitelne, to przy bliższym przyjrzeniu się zapewne się okaże, że długość nóg stanowi u niego co najmniej połowę wysokości ciała. Taka budowa przyczyniała się do większej szybkości naszych przodków przemierzających dzikie sawanny, a dzisiaj pomaga mężczyźnie szybciej znaleźć się w polu Twojego zainteresowania.

A gdy już ten adonis Cię minie, wróć do dźwigania ciężarków, lecz nie odwracaj jeszcze wzroku — tylna część ciała mężczyzny też warta jest Twojej uwagi i jest interesująca z ewolucyjnego punktu widzenia.

**Atrakcyjny męski tyłeczek to kompozycja idealna.** W porównaniu z innymi gatunkami samiec człowieka ma dość wyraźnie zaznaczone pośladki. Mówiąc dosadnie, ma spory tyłek. W odróżnieniu od kobiecej pupy męska składa się głównie z mięśni, ilość których wskazuje, czy należy ona do księgowego, czy atlety.

Możesz więc zapytać: dlaczego mięśnie, które przydają się głównie sportowcom, są tak mocno wyeksponowane? Nie daj się zwieść.

W rzeczywistości ludzkie pośladki to dar natury dla współczesnych mężczyzn i kobiet. Ludzie, którzy chodzili po ziemi zaledwie dwa miliony lat temu, nie mieli ich aż tak uwypuklonych. Mieli też znacznie drobniejsze miednice, ponieważ podtrzymywały one mniejszą masę mięśni. Dopiero gdy człowiek poznał korzyści płynące z długodystansowych biegów, jego pośladki zaczęły się zaokrąglać. Znowu selekcja naturalna dorzuciła tu swoje trzy grosze. Okazało się, że mężczyźni o większych, bardziej uwypuklonych *gluteus maximus* byli w stanie nie tylko uciec dzikim i szalonym mięsożercom zamieszkującym sawannę, ale też bieć znacznie dłużej niż ścigające ich drapieżniki. Tak więc mężczyźni o wydatnych pośladkach powracali bezpiecznie do domu, gdzie mogli płodzić więcej dzieci o krągłych pupach, podczas gdy inni w wyścigu z matką naturą nie byli w stanie uratować swoich tyłków (których i tak w sumie nie mieli).

Im lepiej umięśniony był obszar, gdzie się kończą plecy, tym dłużej człowiek był w stanie utrzymywać wyprostowaną postawę ciała, chodzić i biegać w takiej pozycji. Daniel E. Lieberman, profesor antropologii na Wydziale Sztuki i Nauki Uniwersytetu Harvarda, wyraził to najlepiej, mówiąc: „Twoje mięśnie pośladkowe wielkie stabilizują tułów, gdy pochylasz się do przodu podczas biegu. Bieg jest trochę jak kontrolowany upadek i to właśnie pośladki umożliwiają tę kontrolę”.

Dla dawnych ludzi dobrze umięśniona tylna część ciała mogła wprawdzie stanowić magnes na jaskiniowe laski (o czym szczegółowo napiszę w dalszej części), przede wszystkim jednak pomagała im w zapewnieniu zdrowia, obfitości pożywienia i dominacji. Innymi słowy, dzięki męskim pośladkom ludzkość była w stanie wyjść bez szwanku z wielu dość nieprzyjemnych sytuacji.

To prowadzi nas do omówienia tych cech męskiej budowy, które w historii ludzkiego gatunku ratowały męską skórę w trudnych sytuacjach, których wtedy nie dawało się uniknąć.

**„Fizole” z dawnych lat są odpowiedzialni za obwód szyi współczesnych mężczyzn.** Gdy przyjrzyj się budowie zawodowego zapaśnika, hokeisty, pracownika fizycznego na budowie czy choćby nauczyciela wychowania fizycznego swojego syna (*no, no*), prawdopodobnie nie zauważysz tam długiej, cienkiej szyi.

Życie na sawannie nie było dla naszych przodków łatwe. Musieli często bronić się przed drapieżnikami i innymi ludźmi. Mężczyźni, których głowa spoczywała na krótszej, grubszej szyi, mieli lepsze szanse na przeżycie takich spotkań.



Szyja jest bardzo istotna dla odżywiania się, oddychania, przewodzenia krwi i impulsów nerwowych człowieka. Logiczne więc, że silne mięśnie, które ją wspierają, były korzystne dla myśliwego i wojownika.

Cienka szyja nie tylko nie jest typowa dla mężczyzny, ale też wskazuje na to, że łatwo mogłoby dojść do uszkodzenia kręgosłupa. Cienka szyja to cecha kobieca — nieprzydatna dla mężczyzny, zwłaszcza takiego, który musi walczyć lub polować.

**Mężczyzna dźwiga na barkach wielki ciężar**, zwłaszcza gdy weźmie się pod uwagę ruchomość stawów barkowych. Barki są dostatecznie silne, aby podtrzymywać muskulaturę rąk, trzeba jednak przy tym zwrócić uwagę na ich genialną budowę i wszechstronność.

Jasne jest, że ludzkie barki to te stawy, w których mamy największą ruchomość i elastyczność. Nasi przodkowie potrzebowali, aby ramiona mogły podlegać rotacji i aby umożliwiały zwisanie z gałęzi, przeskakiwanie z drzewa na drzewo, zbieranie owoców i wspinanie się, aby uciec przed niebezpieczeństwem. Aby jednak dwunożni ludzie mogli dobrze biegać, musieli mieć takie ramiona, które byłyby w stanie zrównoważyć ruchy, jakie wykonywała dolna połowa ich ciała. Nasi przodkowie o dobrej ruchomości ramion mieli większe szanse na przetrwanie i powołanie na świat dzieci o podobnych cechach.

W miarę jak ludzie zaczęli wyglądem coraz bardziej przypominać Tarzana, a coraz mniej towarzyszącego mu szympansa o imieniu Cheetah, coraz częściej stali, chodzili i biegali w pozycji wyprostowanej. Niemniej rotacyjny zakres ruchu ramion został zachowany, przy czym u samców barki stały się szersze, co (oprócz wykonywania innych istotnych zadań) pomagało im w rzucaniu włócznią, bieganiu, zapasach i seksie.

---

**Zbliżenie na ciało.** Męskie ramiona to jedno z najsilniejszych posiadanych przez niego narzędzi, jednak czasami mężczyzna wykorzystuje również ich rozmiar. Dzięki szerokim barkom może na przykład zasłonić Ci widok na innych mężczyzn lub zasłonić Cię przed wzrokiem konkurentów. To pewny znak, że chciałby mieć monopol na kontakty z Tobą.

---

## Rola ramion w funkcjonowaniu zmysłów podczas ruchu

Ludzkie ramiona pracują w synchronizacji z miednicą, co umożliwia wydajny ruch. Biegając, zwróć uwagę na to, jak ramiona i miednica poruszają się w przeciwnych kierunkach. Ułatwia to utrzymanie równowagi i utrzymuje stabilność głowy, dzięki czemu Twoje zmysły takie jak wzrok, słuch i węch mogą funkcjonować w sposób niezakłócony. To było nam bardzo potrzebne, odkąd zaczęliśmy się poruszać na dwóch nogach. Dzięki temu nasz przodek, uciekając przed drapieżnikiem, wciąż mógł wyczuć zapach gotującej się stawy, usłyszeć gwar głosów z obozowiska czy zobaczyć unoszący się z ognisk dym, co pozwalało mu łatwo odnaleźć drogę do bezpiecznego domu.

Bez delikatnej równowagi, w której dużą rolę odgrywają miednica, tułów i ramiona, w czasie biegu ludzka głowa gwałtownie by się kiwała, przez co precyzyjne posługiwanie się zmysłami wzroku, słuchu i węchu byłoby co najmniej utrudnione.

## Ustawienie kości ramieniowej

Gdy przyjrzymy się kościom naszych przodków, dojdziemy do wniosku, że ramiona ustawione do zewnątrz i łopatki usytuowane na plecach to genialne dzieło ewolucji. Gdy nasi przodkowie stali się dwunożni, wierzch ich dłoni skierowany był ku przodowi — przy kontakcie z podłożem dłonie opierały się na kostkach, nie na palcach. W miarę jak ludzkie przetrwanie w coraz większym stopniu stawało się zależne od użycia narzędzi, coraz bardziej wskazane było, aby głowa kości ramiennej skierowana była w kierunku tułowia, a nie do tyłu, przez co wnętrze dłoni również było skierowane do wewnątrz (zwróć uwagę na pozycję swoich dłoni, gdy stoisz swobodnie, i porównaj ją z ustawieniem stóp).

Powód, dla którego tak się stało, staje się jasny, gdy spróbujesz użyć tak prostego narzędzia jak młotek. Spróbuj złapać go i skutecznie użyć, trzymając ręce w takiej pozycji, aby kostki dłoni skierowane były do przodu, a ramiona do środka. Uważaj, aby nie uderzyć się w nos.

Kość ramieniowa? Coś doskonałego!

Dzięki ruchowi, a w szczególności dzięki sile męskich ramion, nasi przodkowie byli w stanie wspinać się na drzewa, polować, zbierać pożywienie, bronić swoich domów, pożywienia, swoich kobiet i dzieci. Mężczyźni o szerokich, silnych barkach mogli lepiej bronić swojej własności dzięki posługiwaniu się kijami i włóczniami. Mogli nimi rzucać, kopać, walczyć i polować z precyzją i odpowiednią siłą.

Znaczenie tej cechy dla przeżycia w dawnych czasach sprawiło, że dziś wciąż możemy się cieszyć widokiem silnych, szerokich męskich ramion.

**Ludzki samiec „uzbrojony” w bicepsy** mógł prześcignąć inne naczelne, ponieważ te mięśnie umożliwiały mu zabicie i przyniesienie do domu zwierzyny. Neandertalczyki zabijali, przytrzymując ofiarę i dźgając ją ostrym narzędziem, co wymagało ogromnej siły ramion. Mężczyźni o słabych bicepsach zapewne musieli się obyć bez mięsa i bez kobiet.

Silne ramiona, które rozwinęły się u neandertalczyków, pierwszej „wojującej rasy”, przydały się też wtedy, gdy ludzie wynaleźli takie narzędzia jak oszczep. Im silniejsze ramiona miał myśliwy, tym dalej potrafił nim rzucić i tym precyzyjniej mógł uderzyć w cel. Ten zwrot w technice polowania sprawił, że siła ramion stała się jeszcze ważniejsza dla zdolności przetrwania (im większą odległość myśliwy mógł zachować od zwierzyny, tym większa była jego szansa na przeżycie).

Męskie ramiona są wyraźnie silniejsze niż kobiece. Męskie ramię przeciętnie składa się w 13% z kości, 15% tłuszczu i 72% z mięśni, podczas gdy kobiece — z 12% kości, 29% tłuszczu i 59% mięśni. Jak widać, podczas gdy masa kości niewiele się różni, masa kobiecych mięśni nie może się równać z silnymi męskimi bicepsami. Dodatkowe mięśnie sprawiają, że męczyzna jest w stanie rzucić oszczepem średnio o jedną trzecią dalej niż kobieta.

---

**Zbliżenie na ciało.** Gdy męczyzna krzyżuje ramiona na piersi, jego głównym celem jest sprawienie, aby jego bicepsy wydawały się większe. Okazuje w ten sposób dominację, ale też zamyka się na interakcje. Wręcz mu coś do picia, serwetkę lub swój numer telefonu. O ile nie zechce tego chwycić w zęby, będzie musiał otworzyć ramiona i swój umysł.

---

Niech zabrzmie aplauz dla silnych męskich ramion — miały one wielkie znaczenie dla przetrwania naszego gatunku, nawet jeśli dzisiaj potrafią dokonać najwięcej, gdy wspierają się o oparcie krzesła.

**Nie sposób zaprzeczyć znaczenia pięknych i silnych męskich dłoni dla „wzięcia się w garść” przez ludzkość, tak samo jak nie da się przeoczyć, jak genialnie są zbudowane.**

Istnieje powód, dla którego Twój chłopak z większą łatwością otwiera słoik z ogórkami. Dzięki temu, że nasi mężczyźni przodkowie mieli tak wiele zadań fizycznych, dłonie mężczyzny są dwa razy silniejsze niż Twoje, a przynajmniej kiedyś tak było. Teraz, gdy mężczyźni częściej pracują przy komputerze niż fizycznie, siła ich dłoni może zacząć zanikać, ponieważ nie jest aż tak niezbędna.

Męska dłoń jest wyraźnie większa niż kobieca. Z tego względu ma też większą rozpiętość palców, co kiedyś pozwalało na lepsze uchwycenie broni i łatwiejsze chwytanie dużych przedmiotów, a dzisiaj przydaje się w grze na pianinie, boksie i zapasach. Ta cecha sprawia też, że męska dłoń idealnie nadaje się do cichego duszenia pięknych kobiet w filmach kryminalnych wyświetlanych przez telewizję kablową.

Mimo że męskie dłonie są silniejsze niż Twoje, nie straciły nic ze swojej wrażliwości, o czym mogą zaświadczyć wszyscy niewidomi mężczyźni korzystający z alfabetu Braille'a.

Skóra wnętrza dłoni jest pozbawiona owłosienia. Ta gruba, żłobkowana skóra dawała naszym męskim przodkom pewną przewagę, umożliwiając im chwytanie narzędzi, gdy chcieli coś zbudować, broni, gdy szli walczyć, i kamieni podczas wspinaczki. Dzisiaj przydaje się do policyjnej identyfikacji najbardziej agresywnych samców dzięki temu, że każdy człowiek posiada inny wzór linii papilarnych.

Wnętrze dłoni łatwo się poci, gdy jesteśmy zdenerwowani, co może potwierdzić każdy, kto denerwował się przed rozmową kwalifikacyjną. Z ewolucyjnego punktu widzenia pot, który pokrywał wnętrze dłoni, wtedy gdy mężczyzna gotował się do walki, ułatwiał również dobry chwyt.

Paznokcie dłoni są niczym niewielkie hełmy osłaniające czubki palców. Dzięki paznokciom każde uderzenie w czubki palców zostaje znacznie złagodzone. Kopanie w ziemi za pomocą dłoni również stało się łatwiejsze dzięki obecności paznokci (bez nich końcówki kości palców byłyby bardzo narażone na urazy, a miękkie czubki palców byłyby zanadto elastyczne). Nawet tak proste zajęcie jak zbieranie jagód staje się łatwiejsze dzięki paznokciom, które poprawiają precyzję uchwytu.

Gdy się zastanowimy, przez jakie piekło przechodziły dłonie dawnych mężczyzn, możemy spokojnie założyć, że paznokcie stanowiły wielką zaletę. Ewolucja postanowiła wyposażać w nie zarówno mężczyzn, jak i ich towarzyski zbierające jagody, przygotowujące mięso do zjedzenia i wychowujące dzieci. Bez tych małych hełmów ludzie musieliby znieść o wiele gorsze rzeczy niż okazjonalne złamanie się paznokcia.

Podobnie jak włosy, paznokcie są wytworem skóry i zbudowane są z keratyny. Według Amerykańskiej Akademii Dermatologicznej to, na ile są mocne, zależy w większym stopniu od czynników dziedzicznych, stresu i diety niż od płci. Niektóre starsze badania wskazują, że kobiece paznokcie są nieco bardziej elastyczne, przez co trudniej je złamać. Nie tak dawno badacze ustalili, że wykorzystując zjawisko Ramana (polega to na badaniu rozproszenia światła przepuszczanego przez przezroczysty obiekt w celu ustalenia jego struktury molekularnej), są oni w stanie z 90-procentową dokładnością ocenić, czy paznokieć należy do kobiety, czy mężczyzny. Laik jednak raczej nie będzie w stanie ustalić, kto nie sprzątnął obciętych paznokci z kanapy w salonie.

Następnym razem, gdy odwiedzisz ulubioną kawiarnię lub bar, zwróć uwagę na męskie dłonie trzymające gazetę, wysyłające wiadomości tekstowe lub trzymające kubki z kawą. Przyjrzyj się szerokości palców, wydatnym kostkom, szerokim paznokciom, włosom na dłoniach, wyraźnie zaznaczonym ścięgnom i żyłom. Następnie przenieś się w czasie i wyobraź sobie tamtą epokę, gdy takie dłonie były gotowe do walki w każdej chwili, gdy potrafiły chwycić dzikie zwierzę i wycisnąć z niego życie, a po powrocie do domu z polowania lub walki skrwawione i pokaleczone potrafiły zaoferować ciepły i delikatny dotyk.

Styl życia współczesnego mężczyzny znacznie się różni od tego, jak żyli nasi przodkowie, jednak dzięki trudom dawnego życia wciąż możemy się radować wszechstronnością i urodą męskich dłoni.

### **Męska klatka piersiowa to seksowne opakowanie dla najważniejszych organów.**

Podobnie jak w przypadku innych męskich części ciała, klatka piersiowa ma znaczące wymiary, ponieważ tego wymagały dawne zajęcia mężczyzn. Kryjące się w jej wnętrzu organy pozwalały mężczyźnie utrzymać się w trudnym świecie sawanny. Aby przeżyć, dawny mężczyzna musiał polować i szukać pożywienia. Musiał w tym celu szybko biegać, aby dogonić szybkie zwierzęta lub uciec przed drapieżnikami, musiał też być w stanie biec przez dłuższy czas, ponieważ dawne polowania nierzadko zmieniały się w coś, co przypomina dzisiejsze maratony. Była to znacząca zmiana w stosunku do czasów, gdy człowiek wędrował i szukał jedynie jadalnych roślin.

Aby przystosować się do tego nowego, bardziej wymagającego trybu życia, płuca i w konsekwencji klatka piersiowa człowieka musiały zwiększyć swoją objętość. Mężczyźni o szerszych klatkach piersiowych, co rozumiałe, nie mieli sobie równych, jeśli chodzi o wytrzymałość w walce i na polowaniu.

**Zbliżenie na ciało.** Mężczyzna zdaje sobie sprawę z tego, że szeroka klatka piersiowa jest atrakcyjna i wskazuje na jego dominację, może więc chwycić się pod boki, opierając ręce na biodrach i prostując się. To sprawia, że klatka piersiowa wydaje się większa, pozwala wyraźnie zasygnalizować swoją obecność innym mężczyznom i spowodować, iż w Twoich oczach będzie wyglądał bardziej męsko.

### Po co mężczyźnie sutki?

W języku angielskim istnieje powiedzenie: „tak bezużyteczny jak sutki na knurze”. Mało subtelne, ale przywołuje na myśl pytanie, po co właściwie mężczyźnie sutki?

Dlaczego mężczyźni mają sutki? Pierwsza część odpowiedzi ma związek z rozwojem męskich płodów. Wszystkie płody zaczynają swoje życie jako żeńskie. Sutki kształtują się jeszcze przed 14 tygodniem ciąży, gdy zaczyna działać testosteron, który płody z chromosomem Y zmienia w chłopców. Tak więc ludzkie sutki można uznać za wyposażenie podstawowe wszystkich modeli.

To z kolei rodzi pytanie o ich funkcję, skoro już istnieją. Czy są jakieś ewolucyjne powody, które sprzyjałyby zachowaniu suteków u mężczyzn? Głębsze przyjrzenie się sprawie może pozwolić stwierdzić, że męskie sutki mogłyby działać podobnie do smoczka (zaspokajają potrzebę ssania, jednak nie dają mleka) — i co ciekawe, w rzeczywistości to porównanie nie jest do końca bezzasadne.

Męskie sutki pełnią funkcję erogenną. Jeden męski sutek mieści w sobie od 3000 do 6000 wrażliwych na dotyk zakończeń nerwowych i od 2000 do 4000 zakończeń nerwowych, które odpowiadają za pobudzenie erotyczne.

Nie wiem, jak to jest u knurów, jednak u mężczyzn sutki zdecydowanie nie są bezużyteczne. Tak naprawdę bardzo się przydały w naszych badaniach nad ewolucyjnym kształtowaniem się męskiej budowy.

**Brzuch bestii**, czyli mężczyzny, różni się tym od brzucha kobiety, że jest bujniej owłosiony (włączając w to szlak prowadzący do skarbu i zmysłowych przyjemności, czyli włosy pomiędzy pępkiem a owłosieniem łonowym). U mężczyzny odległość pomiędzy pępkiem a obszarem łonowym jest mniejsza, a jego brzuch jest zwykle bardziej płaski i lepiej umięśniony niż kobiecy.

Niższy odsetek tłuszczu w ciele i większy odsetek mięśni sprawiają, że sześciopak na brzuchu jest czymś super męskim. Kobiety kulturystki często starają się osiągnąć podobny efekt, i nawet im się to udaje, jednak mężczyznom przychodzi to łatwiej, ponieważ w dawnych czasach czysta siła przesądzała o tym, czy było się myśliwym czy zdobywcą.

Gdy będziesz następnym razem na basenie, zwróć uwagę na różnorodność wielkości brzuszaków, które ukażą się Twoim oczom. Wyobraź sobie, że basen to kryształowo czyste jezioro pełne ryb i krokodyli, skocznie to wysokie klify, z których spada woda oraz mężczyźni i zwierzęta szczeni w walce, że porozkładane na trawie ręczniki to zwierzęce kryjówki, że zamiast czytać czasopisma, kobiety szyją przepaski biodrowe, a sałatki sprzedawane na stoisku obok to pieczone na ogniu mięsiwo. Oceniając rozmiar brzucha, zastanów się teraz, jakie obowiązki mógłby wykonywać każdy z tych mężczyzn.

Jeśli przypominasz większość kobiet, i to zarówno współczesnych, jak i takich z przeszłości, zapewne uznałybyś, że wysportowani mężczyźni o płaskich brzuchach będą w stanie wyrwać Twoje dzieci ze szczęk krokodyla, przynieść mięso na kolejny posiłek i walczyć z przedstawicielami wrogiego plemienia, podczas gdy Ty obserwowałabyś z niepokojem, który z przeciwników zostanie zrzucony z klifu. Nie oznacza to jednak, że uznasz nieco bardziej zaokrąglonych panów za bezużytecznych: kobiety w dawnych czasach też raczej tak nie robiły. Nieco bardziej puszyści panowie może i nie zdobywali pożywienia dzięki brutalnej sile czy dzikiej odwadze, ale potrafili gospodarować tym, co udało im się zdobyć. Brzuszek jest postrzegany jako świadectwo hedonistycznego stylu życia. Jeśli mężczyzna ma dość zasobów, aby dogadzać sobie, to prawdopodobnie wystarczy mu ich, aby wyżywić także kobietę i jej dzieci. W hipotetycznym scenariuszu sytuacji wokół basenu taki mężczyzna mógłby obdarzać przywilejami tych mężczyzn, którzy ratowali dzieci z paszczy krokodyla, przekupywać wrogów za pomocą jedzenia lub kryjówek i przynosić żywność ze schowków, co klasyfikowałoby go jako bogatego.

Dzisiejsi zamożni mężczyźni są szczupli i wysportowani, podczas gdy ubodzy mają nadwagę ze względu na to, że śmieciowe jedzenie jest najtańsze. Zaciera to dawne rozgraniczenie pomiędzy człowiekiem sukcesu a biedakiem. Niemniej jednak męski brzuch wciąż może nam pozwolić odkryć istotne informacje i z pewnością będzie wpływał na nasze decyzje.

## Bębenek czy sześciopak — oto jest pytanie

Patrząc na wydatny męski brzuch, można wspomnieć słowa Arnolda Schwarzeneggera, które wypowiedział w filmie *Gliniarz w przedszkolu*: „To nie jest żaden guz”. Schwarzenegger, który zagrał zarówno ciężarnego mężczyznę w filmie *Junior*, jak i wypowiedział słynne: „Wróćę” w *Terminatorze*, może stanowić ilustrację dwóch różnych męskich brzuchów: bębenka i sześciopaku.

W miarę jak mężczyzna się starzeje, jego brzuch często rośnie. Starsi mężczyźni często mają „ciążowy brzuszek”, to znaczy większość ciała jest szczupła, a cały tłuszcz gromadzi się na brzuchu, nadając mu wygląd podobny do brzucha ciężarnej kobiety. To również jest pozostałość ewolucyjna.

Dawni mężczyźni zapewne w większości byli szczupli i dobrze umięśnieni. W tamtych czasach zamożność oznaczała zapasy jedzenia zgromadzone w jaskini albo zapas tłuszczu zgromadzony na ciele, co pozwalało przetrwać okresy głodu. Kobiety miały więc wybór pomiędzy mężczyzną wysportowanym a bogatym.

Dzisiejsi mężczyźni mają wprawdzie wpływ na kształt swojego brzucha, jednak mogą mieć predyspozycję do tego typu otyłości, odziedziczoną po przodkach.



Niektórzy mężczyźni mają tak wydatne brzuchy, że się zastanawiasz, kiedy ostatni raz widzieli swoje stopy... albo swoje klejnoty rodzinne. Swaim pulchnym przodkom tacy mężczyźni zawdzięczają stosunkowo wysoką odporność na klęskę głodu.



**Mężczyźni mają mocne plecy.** Gdy przodkowie współczesnych ludzi w drodze do stania się tymi, których dzisiaj nazywamy *Homo erectus*, przyjęli pozycję wyprostowaną, wówczas ich plecy musiały nagle udźwignąć o wiele większe obciążenie.

Silny, dobrze umięśniony grzbiet przydawał się dawnym ludziom w wielu przypadkach — poczynając od noszenia ciężkiej zdobyczy, poprzez wspinanie się, a na walce kończąc.

Gdy wszyscy mężczyźni musieli pracować fizycznie, mięśnie pleców były dobrze wyćwiczone, a przez to silne i zdolne do podtrzymywania wyprostowanej sylwetki. W dzisiejszych czasach często pozwalamy im osłabnąć i sflaczać, przez co kręgosłup zostaje bez odpowiedniego podparcia, którego potrzebuje, aby podolać codziennym obciążeniom. W wieku od 35 do 55 roku życia nawet 90% mężczyzn ma jakieś problemy z plecami, poczynając od sporadycznych bólów, a kończąc na niemożności wstania z łóżka.

Wszyscy słyszeliśmy radę, aby podnosząc coś z ziemi, najpierw kucnąć. Jednak na pewno w dawnych czasach nikt nie wykrzykiwał ani nie wychrząkiwał takich zaleceń. Nogi służyły do biegania, a plecy do noszenia ciężarów. Wydaje się, że ponieważ jako gatunek przestaliśmy już tak dużo biegać i dźwigać, nogi częściowo przejęły obciążenia słabnących pleców, a plecy zaczęły służyć do gromadzenia napięć związanych ze stresem.

Czy nie zazdrościmy trochę prehistorycznym kobietom? Jakie to musiało być romantyczne, gdy mężczyzna przynosił swoją wybrankę przez próg jaskini, aby przez całą noc uprawiać z nią szaloną miłość, i nie musiał najpierw zbierać się w sobie, przykucać, aby ją podnieść, a potem nie mamrotał do siebie: „Tylko nie naderwij sobie pleców”.

**Biodrzasty mężczyzna nie jest normą.** Męskim biodrom nie poświęca się większej uwagi i słusznie. Im węższe biodra, tym bardziej męski wygląd ich posiadacza.

Męska miednica ma średnio szerokość 35,5 cm, podczas gdy średnia szerokość żeńskich bioder to 39 cm. Męski tułów stopniowo zwęża się w kierunku bioder, bez wyraźnie zaznaczonej talii.

Powód tego jest oczywisty: żaden mężczyzna nie musi przez swoją miednicę wypchnąć czegoś takiego, co ma wielkość indyka na Święto Dziękczynienia.

Jeśli zastanawiałaś się, dlaczego niektórzy mężczyźni wyglądają w dżinsach świetnie, podczas gdy inni raczej przypominają w nich starą ciotkę, to gdy następnym razem będziesz w sklepie lub na targu, przeprowadź poniższy eksperyment.

Wypatrz jakiś dobrze prezentujący się w dżinsach egzemplarz. Teraz przyjrzyj się linii jego bioder. Zapewne zwrócisz uwagę, że nie widać wyraźnej talii,

a same biodra też nie są zaznaczone. Gdy teraz znajdziesz jakiegoś mężczyznę, który w dżinsach przypomina klona Twojej cioci, zapewne zwrócisz uwagę, że dżinsy opinają mu się na pośladkach, a biodra są równie szerokie jak klatka piersiowa, podczas gdy w talii jest wyraźnie węższy.

Często taki wygląd jest po prostu wynikiem złego doboru kroju ubrania. Męskie dżinsy powinny być skrojone w taki sposób, aby optycznie wyszczuplać biodra i nie przyciągać uwagi do talii, a jednocześnie podkreślać długość nóg. W modzie damskiej niedawno toczyły się gorące dyskusje na temat „mamuśkowych dżinsów”. To może być zbrodnia przeciwko dobremu smakowi, jednak jest to nic w porównaniu z tym, co otrzymujemy, gdy mężczyzna zdecyduje się założyć dżinsy o wąsko skrojonej talii.

Nie powinnaś więc skreślać biodrzastego mężczyzny na wejściu. Może po prostu założył niewłaściwe spodnie. Być może we właściwej parze dżinsów zmieni się w Dżinsowego Księcia.

**Tajemnica męskiego owłosienia.** Przyczyna, dla której ludzie zachowali włosy na głowie, podczas gdy reszta ich ciała jest nieowłosiona, pozostaje zagadką, która stanowiłaby wyzwanie dla Sherlocka Holmesa, gdyby tylko chciało mu się zajmować biologią ewolucyjną. W dawnych czasach wygląd człowieka musiał się spotykać wśród reszty stworzeń z takimi samymi pełnymi zdziwienia spojrzeniami, jakimi dziś obrzucamy psy rasy chiński grzywacz.



Włosy dzisiejszych ludzi nie różnią się niczym od włosów naszych przodków. Fakt, że struktura ludzkiego włosa pozostała niezmienną przez taki olbrzymi szmat czasu, mówi nam, że dobrze spełnia ona swoją funkcję. Nasuwa nam jednak pytanie: jaka właściwie jest rola włosów na głowie człowieka?

Ludzkie włosy są tak istotne w naszym postrzeganiu innych, a ich pielęgnacja zajmuje nam tyle czasu, że być może nigdy nawet nie zadaliśmy sobie pytania: „Po co nam włosy?”. Istnienie takiej przypadłości jak hipertrichoza (wrodzone

nadmierne owłosienie) wskazuje na to, że ciała naszych przodków mogły być niemal całkowicie pokryte włosami. Dr Peter Wheeler wysunął hipotezę, że utrata włosów związana była z potrzebą termoregulacji. Twierdzi on, że na sawannach nasi przodkowie narażeni byli na bardzo wysokie temperatury, co powodowało intensywne pocenie się. Gęste owłosienie ograniczało możliwość chłodzenia się za pomocą wydzielania potu. Hipoteza Wheelera głosi, że ten mechanizm chłodzący (w zestawieniu z odkryciem ognia, który kompensował utratę włosów, jeśli chodzi o możliwość ogrzania się) sprawił, że u ludzi zaniknęło owłosienie ciała. Na głowie owłosienie się utrzymało, ponieważ czubek głowy jest jedną z nielicznych poziomych powierzchni ciała i dlatego wymaga szczególnej ochrony przed promieniami słońca. Innymi słowy, pozwalało to chronić najważniejszy organ kobiet i mężczyzn, czyli mózg. Ludzie, którzy nie byli bujnie owłosieni, mogli lepiej skorzystać z chłodzącego mechanizmu pocenia się, a jednocześnie ich najważniejszy organ chroniony był przez włosy na głowie. Tak więc udało im się przetrwać i przekazać nam swoje geny.

Inną hipotezę wysunęła Helen E. Fisher, biologka i antropolożka z Centrum Badań nad Ewolucją Człowieka Rutgers University. Twierdzi ona, że ludzie stracili swoje owłosienie, ponieważ naga skóra była bardziej zmysłowa i zdolna do przekazywania takich seksualnych sygnałów jak rumienienie się, pozwalała też dostrzec powiększenie i erekcję sutków. Nasi przodkowie, którzy potrafili lepiej wysyłać sygnały seksualne i doświadczać silniejszej stymulacji ze strony płci przeciwnej, płodzili więcej dzieci. Oczywiście włochaci przodkowie również radzili sobie dostatecznie dobrze, aby ich geny przetrwały przez stulecia, jednak ci zdolni do bardziej otwartej seksualnej komunikacji odnieśli większy sukces reprodukcyjny i zdominowali populację.

Długie włosy na głowie mogły też służyć ludzkości jako kamuflaż. Wyobraź sobie taką sytuację: dwóch mężczyzn ukrywa się w zaroślach. Jeden świeci łysą skórą głowy, która odbija promienie słoneczne. Być może skóra jest czerwona lub różowa w wyniku poparzenia słonecznego. Obok niego przykuca mężczyzna, którego głowę i szyję skrywa gęszcz splecionych włosów. Spadają mu częściowo na twarz i przesłaniają większą część szyi. Który z tych mężczyzn staje się lepszym celem? U którego z nich niektóre najbardziej wrażliwe części ciała są osłonięte? Który z nich lepiej wtapia się w otoczenie?

Ci dawni ludzie, którzy mieli na głowie bujne włosy, prawdopodobnie mieli też większe szanse na przetrwanie, ponieważ ich głowy, szyje, twarze i tętnice szyjne były ukryte, przez co trudniej było w nie wycelować.

Inny powód, dla którego włosy na głowie mogły przetrwać przez następne wieki, może być zgodny z kolejną teorią Karola Darwina, tą na temat selekcji

płciowej. Mówiąc najprościej, jedno zwierzę na partnera seksualnego wybiera drugie na podstawie cech uznawanych za takie, które pozwolą spłodzić zdrowe potomstwo. Na przykład gdyby starożytna kobieta mogła wybierać pomiędzy dwoma mężczyznami, z których jeden miałby gęste, długie włosy, a drugi rzadkie i prześwitywałyby spod nich łysa skóra, to jej wybór padłby zapewne na tego pierwszego. Dzisiaj wiadomo, że do nadmiernego wypadania włosów mogą prowadzić również choroby i niedożywienie. Prawdopodobnie wiadomo to było również miliony lat temu, gdy ludzie mogli obserwować u swoich pobratymców różne objawy (w tym wypadanie włosów) poprzedzające śmierć. Z tego względu cienkie, rzadkie włosy lub ich brak to nie była cecha, której kobiety by poszukiwały u skądinąd męskich samców. Nawet jeśli taki słabo owłosiony mężczyzna odziedziczył podobne owłosienie na głowie, jakie miał na przykład na klatce piersiowej, albo miał włosy zdrowe, lecz nieliczne, to prawdopodobieństwo, że zostanie wybrany w pierwszej kolejności jako kandydat do prokreacji, było niewielkie.

Można było założyć, że mężczyźni o długich włosach byli zdrowi przez dłuższy czas (przynajmniej dostatecznie długi, aby bujna grzywa zdążyła im urosnąć), dzięki czemu mieli oni szansę na częstsze stosunki seksualne, które pozwalały im rozprzestrzeniać swoje geny obfitego owłosienia po całej sawannie.

Należy jednak zachować ostrożność, porównując ewolucję włosów na głowie (związaną z eliminacją włosów, które szybko przestawały rosnąć albo rosły w nierównych kępkach lub też nie było ich wcale) do łysienia typu męskiego.



Długie włosy oznaczały dobre zdrowie teraz i w przeszłości

Łysienie nie zostało wyeliminowane z genów ludzkiego gatunku, ponieważ postrzegano je nie tylko jako oznakę mądrości (gdyż było związane z wiekiem) i coś związanego z gotowością do ustatkowania się, ale również jako oznakę męskości.

Przetrwanie łysienia typu męskiego w dzisiejszych czasach też może być wynikiem selekcji płciowej. Dawno temu kobiety uznawały łysiejących mężczyzn za dojrzałych, mniej agresywnych i mniej skłonnych do podejmowania ryzyka, które mogłoby narazić na szwank całą rodzinę. Łysiejący mężczyźni byli zwykle starsi i bardziej skłonni do tego, aby pozostać przy partnerce, gdy już udało im się ją zapłodnić (przynajmniej tak sądziły kobiety). Wszyscy znamy młodych mężczyzn, którzy zaczynają przedwcześniełysieć. Podobnie znamy dojrzałych panów, którym udało się zachować piękne, gęste włosy. W obydwu tych przypadkach ilość włosów wpływa na to, jak postrzegany jest dany mężczyzna w kategorii wieku. Wielu mężczyzn przeklina swoją łysinę, nie zdając sobie sprawy, że to kobiety utrwaliły przetrwanie tej cechy, ponieważ uznawały ją w partnerze za wartą uwagi.

Dominacja łysiejącego mężczyzny na tym się nie kończy. Przyczyną łysienia u panów jest testosteron — hormon odpowiedzialny za wszystko, co męskie. Gdy w okresie dojrzewania samiec gatunku ludzkiego osiągnie seksualną dojrzałość, jego geny przesądzą o tym, jaką ilość testosteronu będzie wydzielał i gdzie jego dawki będą skierowane. W przypadku mężczyzny genetycznie obciążonego łysieniem testosteron sprawi, że jego mieszki włosowe staną się nieaktywne, a brodawki włosowe ulegną zniszczeniu. U trzydziestolatka tendencja do łysienia może być już oczywista albo lekko zauważalna, jednak niezależnie od nasilenia to zjawisko już się u niego rozpoczęło. W wieku 50 lat prawdopodobnie dołączy on do połowy mężczyzn na świecie, których czaszka może odbijać zarówno słońce, jak i jarzeniówki w supermarketach. Sześćdziesięciolatek nie będzie już stopniowo łysiał, lecz po prostu będzie całkowicie pozbawiony włosów.

Tak naprawdę jednak nawet najbardziej łysi mężczyźni nie powinni się tym martwić. Ten sam hormon, który odpowiedzialny jest za niską barwę głosu, duże jądra i płodność, jest też odpowiedzialny za przypadłość, która wielu mężczyzn doprowadza do rozpacy. Nie brak na szczęście kobiet, które uważają łysych mężczyzn za seksownych. Mężczyzna, który nie wstydzi się swojej łysiny, a nawet bierze sprawy (i żyletkę) we własne ręce, roztacza aurę dominacji.

I wreszcie głowa jako taka (poza męską skłonnością do łysienia) nie różni się zbytnio u obu płci. Różnice w wyglądzie pojawiają się dopiero wtedy, gdy w grę wchodzi czynniki antropologiczne, społeczne i religijne.



Łysy może być seksowny

**Czoło i skronie to coś dla nowego intelektualisty.** W miarę jak człowiek polegał coraz bardziej na potędze swojego mózgu, jego płaty czołowe rozwijały się, aby umożliwić nowe funkcje umysłowe. W wyniku poszerzania się istoty szarej (która ostatecznie zwiększyła swoją objętość ponadtrzykrotnie) czoło człowieka stało się wyższe i bardziej wypukłe. Rzut oka na czaszkę neandertalczyka wystarcza, aby dostrzec wyraźne łuki nadoczodołowe oraz niskie czoło, które są zupełnie inne od tego, jakie widzimy dzisiaj. Czoło neandertalczyka było cofnięte, a nie pionowe i wypukłe, jakie mają dzisiejsi ludzie. Kostne łuki nadoczodołowe nie znikły w procesie ewolucji, a zostały pochłonięte przez zupełnie nową cechę — czoło.

Teraz, gdy sawanny zaroiliły się od intelektualistów, życie ludzi powinno się stać łatwiejsze. Jednak nowa budowa twarzy wiązała się z pewnymi komplikacjami: deszcz, pot i spadające z góry śmieci mogły teraz trafić bezpośrednio do oczu.

Jedna z teorii tłumacząca, dlaczego czoło człowieka (nie licząc brwi) jest bezwłose, głosi, że brwi osłaniały oczy przed spływającym potem i wodą, skierowując je na boki — zwróć uwagę na kierunek, w jakim rosną włosy w brwiach.

Inna teoria wyjaśniająca istnienie brwi, odnosi się do sygnalizowania. Dzięki temu, że brwi kontrastują z resztą twarzy, zdradzają one nasze emocje, z łatwością wyrażając smutek, rozpacz, zdziwienie, sarkazm, powitanie, zaczepkę erotyczną i wiele innych komunikatów. Najczęściej brwi odcinają się wyraźnie od koloru skóry (u szympansov brwi są jaśniejsze od reszty twarzy). Jeśli dawny człowiek miał brwi, które kontrastowały z kolorem jego twarzy, to mógł nawet z większej odległości z łatwością zasygnalizować, że nie ma wrogich zamiarów, co pozwalało mu uniknąć niebezpiecznego lub śmiertelnego ataku wrogów.

Teoria komunikacyjna może też pomóc wyjaśnić, dlaczego panowie mają grubsze brwi niż panie. Na dzikiej sawannie mężczyzna musiał się komunikować na większe odległości niż pozostające w obozowisku kobiety. Rokowania pokojowe między plemionami czy też wywoływanie zamieszek raczej zostawiano wtedy silniejszej płci. Ta pozostałość ewolucyjna pozwalałaby również wyjaśnić, dlaczego u mężczyzn częściej spotyka się zrosnięte brwi.

To nie koniec różnic. Mężczyźni mają grubsze i szersze brwi, które ocieniają oczy w większym stopniu. Są też prawie zupełnie poziome, podczas gdy u kobiet są one bardziej wygięte w łuk. Te różnice prawdopodobnie służyły dwóm celom. Po pierwsze męskie brwi nadawały ludzkiemu samcowi bardziej agresywny wygląd. Im więcej testosteronu wydziela organizm mężczyzny w okresie dojrzewania, tym bardziej prawdopodobne, że będzie miał wyraźne, grube brwi (jednak oczywiście w granicach wytyczonych przez geny. Gdyby Pee Wee Hermanowi wstrzyknąć wiadro testosteronu, to i tak wyglądałby, no cóż, jak Pee Wee Herman<sup>1</sup>). Z tego względu mężczyźni o wyrazistych brwiach uważani są na ogół (i słusznie) za dominujących, agresywnych i płodnych. Tacy mężczyźni wygrywali wiele bitew i płodzili wiele dzieci.

Co więcej, wysklepione łuki brwiowe i gęste brwi mogły dawnym mężczyznom dawać pewną przewagę — taki mężczyzna miał oczy lepiej osłonięte przed słońcem, deszczem i potem, a także przed ewentualnym uderzeniem. Z tego względu mężczyzna o wyraźnych brwiach miał większe szanse wrócić na noc do domu, przynosząc ze sobą łup swojej wybrance, gotowej urodzić mu całe stado silnych synów o gęstych brwiach.

Depilacja brwi nigdy nie będzie się cieszyła tak dużym zainteresowaniem panów, jak to jest w przypadku pań. Mimo że niektórzy mężczyźni mają ochotę nieco je utemperować, aby stały się ozdobą ich twarzy, większość z nich postrzega je tak, jak je natura stworzyła: jako męską cechę, która miała określoną funkcję w walce o przetrwanie naszego gatunku.

**Małżowiny uszne są tak wyjątkowe jak odciski palców**, jednak w ich budowie nie ma większych różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami. Mimo że ucho zewnętrzne uważane jest za szczątkowe, ponieważ nie jest w stanie obracać się w kierunku dźwięków tak jak u innych zwierząt, pełni jednak istotną funkcję dla naszego

---

<sup>1</sup> Postać z amerykańskiej komedii familijnej *Wielka przygoda Pee Wee Hermana* — *przyp. tłum.*

zmysłu słuchu. Ludzkie ucho może określić źródło dźwięku z dokładnością do trzech stopni, co jest możliwe dzięki jego budowie i dużej obrotowej ruchomości szyi.

Płatki uszu nie pełnią żadnej funkcji niezbędnej dla zmysłu słuchu, nie stanowią też ochrony. Wydaje się, że istnieją jedynie dla celów erogennych i estetycznych. Podczas gry wstępnej płatki uszu powiększają się i reagują intensywnie na pocałunki i inne pieszczoty. Gdy ludzi stać na wydawanie sporych sum pieniędzy, te kawałki mięsistej tkanki stanowią idealne miejsce, w które można wpiąć kolczyki z szafirami, rubinami lub diamentami!

**Męskie oko:** „Aby cię lepiej widzieć, skarbie“. Ludzie przyswajają 80% informacji za pośrednictwem oczu — w sumie 400% więcej niż za pośrednictwem wszystkich pozostałych zmysłów razem wziętych. Funkcje oka są tak złożone, że nawet Karol Darwin, guru ewolucji, miał wątpliwości co do tego, jak tak złożona maszyna mogła być wytworem selekcji naturalnej.

Gałka oczna mężczyzny niewiele się różni od oka kobiety (może być trochę większa), niemniej jednak można zauważyć pewne wyraźne różnice w wyglądzie zewnętrznym oka mężczyzny i kobiety.

Oczy męskie zwykle wydają się mniejsze, węższe, głębiej i bliżej siebie osadzone niż oczy kobiet. Te różnice nie wynikają z różnic w budowie samej gałki ocznej, lecz z cech budowy męskiej twarzy, spowodowanych działaniem testosteronu. Oczy mężczyzny zawsze będą się wydawały mniejsze niż oczy kobiety. Nie chodzi o to, że samo oko jest mniejsze, lecz o to, że jest bardziej przesłonięte powiekami, przez co może się czasem wydawać, iż mężczyzna ma zeza lub patrzy spod przymkniętych powiek.

---

**Zbliżenie na ciało.** Białka oczu pozwalają łatwo ustalić, na co człowiek patrzy, ale też mogą pomóc ustalić najlepszy sposób komunikacji. Jeśli mężczyzna, rozmawiając z Tobą, patrzy w górę, to najlepiej używać słów odnoszących się do zmysłu wzroku („Teraz widzę“, „Wyobraź sobie“). Jeśli zastanawiając się, mężczyzna spogląda w bok, to doceni słowa odnoszące się do zmysłu słuchu („Słyszałam, że...“ albo „Posłuchaj“). A jeśli szukając odpowiedzi, spogląda w dół, to jest to typ dotykowy, który lubi odniesienia do tego zmysłu („Wyczuwam“, „Teraz dotknąłeś interesującego zagadnienia“).

---



## I co się tak gapisz?

Ludzkie oko różni się od oczu innych ssaków tym, że widoczna jest w nim większa część białka. Ta cecha prawdopodobnie utrzymała się z uwagi na to, że pozwala ona na wyraźne przekazywanie sygnałów. Aby to zilustrować, pomyśl o oczach szympansa, które są całkowicie brązowe. Z pewnej odległości trudno jest rozpoznać, czy szympanś patrzy na Ciebie, czy na Twoje dziecko czy na faceta w bermudach i słomianym kapeluszu, który stoi po Twojej prawej stronie. Gdyby nie oddzielał Cię od niego płot, mógłbyś się w każdej chwili spodziewać ataku, ponieważ zarówno spojrzenie szympansa, jak i jego zamiary są trudne do odczytania. Natomiast spotykając człowieka, możesz się łatwo zorientować, co jest przedmiotem jego zainteresowania, na podstawie kierunku jego spojrzenia lub nerwowych ruchów gałek ocznych.

W dawnych czasach, gdy ludzie jeszcze nie posługiwali się mową w tak dużym zakresie, niewłaściwie odczytane spojrzenie mogło zadecydować o życiu lub śmierci. Gdyby białka oczu nie były widoczne, każdy człowiek w każdej chwili mógłby się spotkać z negatywną reakcją w postaci chrząkania lub okładania pięściami, co by stanowiło odpowiednik pytania: „I co się tak gapisz?“, gdy tak naprawdę jedynie by patrzył na kamień, drzewo lub kobietę innego jaskiniowca...

No dobrze, może czasem dostawałby to, na co zasłużył.

**Mężczyzna trzepocze rzęsami nie z kokieterii, lecz ze względów praktycznych.** Ile razy zazdrościłaś mężczyznom długości i gęstości rzęs? W końcu mężczyzna nie powinien być zbyt ładny, prawda? Cóż, byłby to jakiś argument, gdyby rzęsy miały na celu jedynie nas upiększać.

Rzęsy pełnią funkcję czulek, wąsików i markizy ocieniającej oczy. Oko zasługuje na taką ochronę, ponieważ jest połączone bezpośrednio z mózgiem i jest najbardziej wyeksponowaną częścią centralnego układu nerwowego. Tak dynamiczna, wrażliwa i narażona na urazy struktura zapewne byłaby znacznie częściej ubezpieczana, gdyby nie to, że słynni artyści, golfiści i dekoratorzy wnętrz zostali przez naturę wyposażeni w niepozorne, jednak bardzo przydatne urządzenie, jakim są rzęsy.

Ludzie nie obudzili się pewnego ranka na stosie wypadniętych skołtunionych włosów, trzęsąc się z zimna. To wszystko zachodziło powoli, poprzez pokolenia. Co więcej, tak naprawdę owłosienie ciała nigdy nie zanikło całkowicie. Zamiast

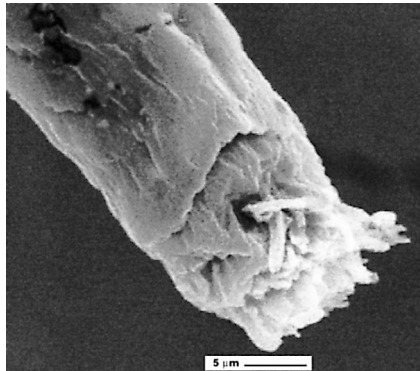
tego stopniowo włosy stawały się coraz krótsze i cieńsze, przez co zaczęliśmy sprawiać wrażenie bezwłosych. W czasie tej przemiany ludzie, którzy zachowali rzęsy, mieli lepiej osłonięte oczy przed słońcem, dzięki czemu mogli się skupić na obronie i polowaniu. Rzęsy pełniły też funkcję czulek, dzięki czemu człowiek mógł zamknąć powieki w tempie przewyższającym wszelkie pułapki na muchy, chroniąc swoje oczy przed kurzem, piaskiem, brudem czy insektami i unikając ich podrażnienia lub uszkodzenia.

### Rzęsy nie wyrastają ze zwykłych mieszków włosowych

Rzęsy wyrastają w miejscu, w którym powieki łączą się ze spojówkami (pokrytą śluzem membraną, która pokrywa spodnią część powiek). Jednak czym tak naprawdę są rzęsy?

Pod mikroskopem ludzka rzęsa wygląda podobnie jak zwykły ludzki włos, dopóki nie spojrzymy na jej czubek, ponieważ to pozwoli nam odkryć, że tak naprawdę rzęsa jest wrażliwym czułkiem, schowanym w materiale, który przypomina powierzchnię innych ludzkich włosów.

Przejdź delikatnie palcami po swoim ramieniu. Teraz zrób to samo swoimi rzęsami. Rzęsy przekazują intensywne wrażenia, które powodują szybkie zamknięcie powieki, ilekroć coś ich dotknie.



Ludzka rzęsa w powiększeniu. Zwróć uwagę na czułki na jej końcu. Są one przedłużeniem rdzenia rzęsy

**Faceci mają nosa.** Ludzki nos jest wyjątkowy, jeśli porówna się go z nosami innych stworzeń. Nie przypomina pyska ani dzioba (nawet jeśli czasem się go do niego porównuje). Ogólnie rzecz biorąc, mężczyźni mają bardziej wyddatne nosy niż kobiety. Istnieje kilka teorii, które starają się wyjaśnić tę różnicę.

Nosy małych naczelnych, naszych kuzynów, są płaskie, a nozdrza zwrócone są ku górze. Dlaczego więc nos ludzki jest tak wystający, a nozdrza zwrócone są ku ziemi? Być może pomocne będzie wyobrażenie sobie naszych przodków, u których mogły występować różne kształty nosów, wliczając w to również takie niespotykane obecnie. Gdy walki plemienne i starcia wręcz stały się bardziej powszechne, urazy były czymś bardzo częstym. Kostny grzbiet nosa w połączeniu z wyraźnie wysklepionymi łukami nadoczodołowymi i kośćmi policzkowymi chronił oczy przed uderzeniami tępych obiektów. Gdyby przyszła Ci ochota uderzyć swojego chłopaka w twarz deską (to przykład, a nie porada na temat związków), to jego oczom nic by się nie stało. Dzieje się tak między innymi dlatego, że wyddatny nos chroni oczy. Ludzcy przodkowie, którzy mieli płaskie nosy, byli bardziej narażeni na urazy tkanek miękkich (a ślepy człowiek na sawannie miał takie same szanse na przeżycie jak niewidomy, który porusza się pod prąd środkiem autostrady).

Innym czynnikiem, który wpłynął na współczesny kształt ludzkiego nosa jest to, że nasi przodkowie zeszli z drzew. Musieli też nauczyć się pływać — a jeśli kiedykolwiek zdarzyło Ci się wciągnąć trochę wody do nosa, to możesz sobie wyobrazić, jak nozdrza zwrócone ku górze utrudniałyby nurkowanie czy pływanie. Co więcej, im bliżej ziemi człowiek przebywał, tym bardziej był narażony na kontakt z piaskiem, pyłem i innymi niesionymi przez wiatr zanieczyszczeniami. Nozdrza zwrócone ku dołowi prawdopodobnie pomagały ochronić zatoki i drogi oddechowe przed tego typu zanieczyszczeniami. Podobną funkcję spełniały włosy w nozdrzach i wypełniający wnętrze nosa śluz.

Ludzkie słowa początkowo nie były zbyt wysublimowane ani skomplikowane, nie przypominały słynnego orędzia Lincolna znanego jako przemowa gettysburska... tak naprawdę w ogóle nie przypominały słów. Były to raczej chrząknięcia i gwizdy. W miarę rozwoju strun głosowych, które dawały ludziom większe możliwości głosowe, pojawiła się potrzeba lepszego rezonansu w zatokach. Większy nos dawał taką możliwość. Gdyby ludzie mieli krótsze nosy, nasza mowa brzmiałaby znacznie bardziej nosowo i mniej donośnie.

---

**Zbliżenie na ciało.** Wszyscy słyszeliśmy o kukielce, której nos się wydłużał, gdy kłamała. Możesz wierzyć lub nie, jednak nie tylko mali drewniani chłopcy padają ofiarami tej przypadłości, znanej jako efekt Pinokia. Gdy mężczyzna jest pobudzony, zaniepokojony lub próbuje kogoś oszukać, naczynia krwionośne w jego nosie rozszerzają się, przez co nos wydłuża się nawet o milimetr. Dla oka obserwatora ta zmiana nie jest dostrzegalna, jednak może sprawić, że kłamca poczuje potrzebę podrapania się w nos lub potarcia go.

---

Mimo że ludzki nos jest większy niż u innych naczelnych, nasz zmysł węchu jest zdecydowanie słabszy. Może się to wydawać nielogiczne, warto jednak skupić się na innych istotnych funkcjach nosa: regulacji wilgotności i temperatury powietrza. Oczywiście nos służy do wąchania (choć ten zmysł stracił na znaczeniu, odkąd wzrok wyewoluował na najważniejszy z ludzkich zmysłów), ale oprócz tego pozwala oczyścić powietrze, które dociera do dróg oddechowych i zatok. Idealna temperatura wdychanego powietrza wynosi 35 stopni Celsjusza, a idealna wilgotność — 95%. Nos pozwala nam osiągnąć te warunki. Wyjaśnia to też, dlaczego ludzie żyjący w bardzo suchym klimacie (np. na Bliskim Wschodzie) często mają bardziej wydutne nosy. Po prostu większa powierzchnia błony śluzowej nosa pozwala na skuteczniejsze nawilżenie wdychanego powietrza.



Wydutny nos tego mężczyzny jest dziedzictwem po przodkach, którym przydawał się on do nawilżenia suchego pustynnego powietrza, jakim oddychali



Nos tego mężczyzny jest stosunkowo płaski, co daje mu większą odporność na niskie temperatury

Z kolei płaskie nosy, takie jak u Eskimosów lub ludów mongolskich, wskazują, że dla przodków ich posiadaczy ważne było nie nawilżanie powietrza, lecz ochrona przed mrozem.

## To, co jednemu cuchnie, dla drugiego jest niczym Chanel No. 5

Mimo że dzisiejsi ludzie mają znacznie słabszy węch niż ich przodkowie (zapytaj krzywiącego się z dezaprobatą sommeliera), jednak nie możemy lekceważyć tego zmysłu. Dawno temu ludzki nos przekazywał do mózgu informację na temat tego, czy dana potrawa może być bezpiecznie zjedzona. Nasze receptory węchowe są typowe dla naszego gatunku. W procesie ewolucji ci ludzie, których węch nie odpowiadał ich potrzebom żywieniowym i nie był w stanie zaalarmować mózgu, zostali wyeliminowani, ponieważ jeśli człowieka nie odstręczał zapach czegoś, co mogło być dla niego szkodliwe, to mógł umrzeć w wyniku zatrucia i już nie przekazywał swoich genów dalej — w odróżnieniu od posiadaczy nosów bardziej wrażliwych na niebezpieczne zapachy.

Przykład: gnijące mięso dla człowieka cuchnie, jednak sępom na jego zapach napływa ślinka do dziobów. Ludzkie odchody są dla nas obrzydliwe, jednak króliki czasem zjadają własne bobki ze względu na ich wartości odżywcze.

Gdyby królik i jego nos nie uznali bobka za apetyczny, zwierzę mogłoby cierpieć na niedobory żywieniowe. Gdyby dla człowieka ludzkie odchody pachniały smakowicie, mogłoby poważnie zachorować lub nawet umrzeć po ich zjedzeniu. Zmysł węchu jest fascynujący i bardzo ważny.

Dlaczego męskie nosy są większe i bardziej owłosione niż kobiece? Gdy weźmie się pod uwagę wszystkie wymienione powyżej czynniki, można to przekonująco wyjaśnić. Po pierwsze mężczyzna potrzebował lepszej ochrony twarzy, ponieważ częściej uczestniczył w brutalnych walkach z użyciem pięści i kijów (kobiety, jeśli walczyły, to raczej używały paznokci i zębów). Męski nos musiał odfiltrowywać więcej kurzu i piachu, ponieważ mężczyzna częściej przebywał na otwartych przestrzeniach podczas wypraw na polowanie. Nozdrza mężczyzn musiały być większe, aby dostarczyć dostatecznej ilości tlenu do większych organów i mięśni (szczególnie podczas zwiększonego wysiłku w trakcie ucieczki przed

drapieżnikami). Wiąże się to też z wyższym poziomem hemoglobiny we krwi, o którym wspominałam na początku tego rozdziału. Kobiety natomiast przed upałem mogły się schronić w chłodnych jaskiniach, a przed niską temperaturą przy ognisku. Z tego względu ich mniejsze nosy regulowały temperaturę wdychanego powietrza w wystarczającym stopniu. Nosy mężczyźni musiały być większe również z tego powodu, że musiały pomóc im ochłodzić się po wyczerpującym sprincie w obronie życia.

Byłoby zaniedbaniem z mojej strony, gdybym nie wspomniała również o tym, że męski organ węchu może też odbierać informacje przesyłane przez płęć przeciwną za pośrednictwem feromonów. Proces ten nie jest świadomy, jednak można powiedzieć, że pod tym względem męski nos zachowuje swoją reputację jednego z najbardziej seksownych (i najbardziej fallicznych) organów.

Kiedyś rinoplastyka (czyli operacyjna korekcja nosa) była domeną kobiet, jednak teraz mężczyźni również w coraz większym stopniu zaczynają się nią interesować. Ponieważ teraz duże nosy nie są już postrzegane jako dumne falliczne symbole, tak jak było to niegdyś, okazuje się, że mężczyźni stanowią obecnie 24% pacjentów poddających się korekcie nosa, o czym donosi Amerykańskie Stowarzyszenie Estetycznej Chirurgii Plastycznej. Przypuszczam, że dzisiaj zasada: „Duży but, wielki fiut” wyparła wywodzące się z XVI wieku powiedzenie: „Kto wielkiego ma nochała, ten długiego ma dragała”.

Nie oznacza to jeszcze, że „wybijające się” nosy znikną w naszej ewolucyjnej przyszłości, lecz jedynie to, że może matki częściej nie będą zachwycone profilami swoich dzieci.

**Policzki mogą świadczyć o tym, że mężczyzna jest odważny, ma wysoki poziom testosteronu i jest zdrowy.** Prawdopodobnie największa różnica między policzkami mężczyzny i kobiety (drogie panie, patrzycie nie na te okrągłości, co trzeba, trochę bardziej na północ) tkwi w tym, że na męskiej twarzy brak jest poduszczek tłuszczowych, a kości policzkowe są wyższe i bardziej wysunięte.

Bardzo wczesny przodek współczesnych ludzi, *Paranthropus robustus*, miał wielgachne policzki. Naprawdę nadawały one zupełnie nowe znaczenie określeniu „twarz w kształcie serca”, ponieważ wyróżniały się zarówno przy ustawieniu z profilu, jak i en face. Zapewne miały za zadanie chronić oczy przed uderzeniami, podobnie jak kości nosa i łuki brwiowe, jednak ich prawdziwa funkcja związana była z jedzeniem.

Dieta *Paranthropus robustus* składała się z twardych, bogatych we włókna roślin (świadczą o tym występujące u tego gatunku płaskie, typowe dla roślinożerców zęby, a także podejrzany brak kłów w ich uzębieniu). Potężne kości

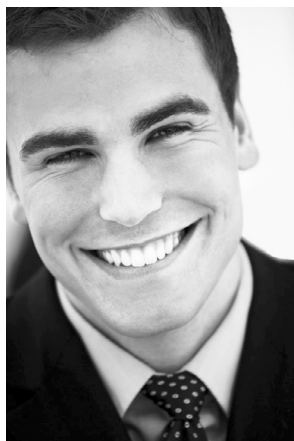
policzkowe wspierały silne szczęki i duże zęby, potrzebne do pogryzienia tego, co dzisiaj uznalibyśmy za pożywienie odpowiednie dla żyrafy. W późniejszym okresie ludzie zaczęli jeść najpierw surowe, a potem gotowane mięso, później kurcze skrzydełka, a następnie nachos. Jak łatwo można zauważyć, potężny aparat do gryzienia, taki jak ten posiadany przez *Paranthropus robustus*, przestał być konieczny.

Kości policzkowe u mężczyzn są wyraźniej zaznaczone niż u kobiet. Są też wyżej osadzone, a ich dolna część jest bardziej łukowata. Te różnice anatomiczne są oczywiście uwarunkowane genetycznie, jednak co ciekawe, ma na nie wpływ również przyływ testosteronu w okresie dojrzewania. Męskie kości policzkowe świadczą o agresji i sile, w odróżnieniu od miękkich, zaokrąglonych kości policzkowych, które bardziej kojarzą się z dzieckiem.

---

**Zbliżenie na ciało.** Policzki są doskonałym wskaźnikiem prawdziwego szczęścia. Gdy mężczyzna się uśmiecha, zwróć uwagę na jego policzki. Jeśli się unoszą, to jego uśmiech jest szczerzy. Jeśli nie, to jest to uśmiech fałszywy.

---



W dziejach ludzkości męskie kości policzkowe pełniły trzy zasadnicze funkcje: przystosowywały się do aktualnych trendów żywieniowych, pozwalały wykazać agresję w stosunku do potencjalnych napastników oraz wysyłały informację na temat poziomu testosteronu do kobiet, które były najbardziej zainteresowane płodnością. Nic dziwnego, że wydatne kości policzkowe u mężczyzn się zachowały, skoro były takie ważne.

**Męskie usta służą nie tylko czczemu gadaniu**, nie zawsze jednak otrzymują one należną im porcję uwagi. Być może dzieje się tak dlatego, że najwięcej pracy wykonują przy piersi należącej, rzecz jasna, do matki mężczyzny.

Ludzkie wargi są znacznie bardziej wywinięte na zewnątrz niż u innych naczelnych. Z ewolucyjnego punktu widzenia jest to konieczne. Ludzkie piersi są bardziej wypukłe (okrągłe i pełne) niż u innych ssaków, a z kolei sutki są wyraźnie krótsze i trudniejsze do uchwycenia. Aby uchwycenie sutka i ssanie było łatwiejsze, kształt ust musiał się odpowiednio dostosować do źródła pożywienia.

Dawno temu niemowlęta o bardziej wywiniętych wargach potrafiły lepiej ssać mleko swoich matek. W rezultacie rosły większe, silniejsze i zdrowsze, co dawało im lepsze szanse na dożycie wieku, w którym same mogły przekazać swoje geny.

Innym czynnikiem, który przyczynił się do przetrwania u człowieka cechy wywiniętych ust, był ewolucyjny wzrost kobiecych piersi. Mężczyźni w procesie selekcji płciowej wybierali kobiety o większych piersiach, co powodowało, że geny okrągłych piersi były przekazywane częściej niż geny płaskich piersi, a to z kolei sprawiało, że dzieci o wargach, które lepiej potrafiły taką pierś uchwycić, miały większe szanse na przetrwanie.

Ponieważ ludzkie wargi to tak naprawdę część błony śluzowej ust wywinięta na zewnątrz, są one bardzo wrażliwe na dotyk. To ułatwiało odżywianie (znalezienie piersi), przyspaja się też w miłości (znowu chodzi o znalezienie piersi).

---

**Zbliżenie na ciało.** Jeśli spodobaś się mężczyźnie, jego szczęka opadnie na Twój widok. Nie będzie to jednak bardzo zauważalne — tak naprawdę ta fizjologiczna reakcja objawi się jedynie lekkim rozchyleniem ust.

---

Wargi mężczyzn są zwykle cieńsze niż kobiet z jednego powodu: braku estrogenu. Omówimy to bardziej szczegółowo w rozdziale 3. Na razie zapamiętaj, że mężczyzna o takich ustach, jakie ma Angelina Jolie, cieszyłby się mniejszym powodzeniem niż taki, którego wargi przypominałyby raczej usta Brada Pitta.

Istnieje też powód, dla którego mężczyźni nie używają szminek ani nawet błyszczaków — po prostu kobietom się to nie podoba. Mężczyznom podobają się czerwone, lśniące wargi kobiet, ponieważ taki ich wygląd kojarzy im się z wyglądem obrzmiałych w stanie podniecenia warg sromowych. Ponieważ zwykle kobiet to podobieństwo nie kręci, więc pełne, różowe, lśniące usta na męskiej twarzy raczej je odstrasza, podobnie jak kawałki jedzenia pomiędzy zębami.



**Wymowny męczyzna.** Ludzkie usta są obecnie dużo mniejsze niż kiedyś, co ma związek przede wszystkim ze zmianą diety. Antropolodzy spekulują na temat zwyczajów żywieniowych ssaków na podstawie badania ich skamieniałych szczątków — kości, zębów oraz tego, jak wyglądały ich mięśnie oraz kształt i rozmiar ust.

Śledząc rozwój człowieka, można dostrzec, że jego wymiary znacząco się zwiększyły, a jednocześnie zęby stawały się coraz mniejsze. Wydaje się to sprzeczne z intuicją, ponieważ większy wzrost powinien się łączyć z większymi potrzebami żywieniowymi... dopóki nie weźmie się pod uwagę, że obydwie te zmiany zaszły mniej więcej w tym samym czasie, gdy odkryto ogień i zaczęto jeść gotowane mięso.

Gdy ludzie, zamiast żywić się roślinami, oparli swoją dietę na gotowanym białku, ich usta zmały, a ogólne rozmiary się powiększyły.

Zęby męczyzny są większe niż zęby kobiety. Męczyzna ma większą szczękę, tak więc jest logiczne, że i zęby są większe, tym bardziej że jego zapotrzebowanie na kalorie jest wyższe niż u przeciętnej kobiety.

Gdy następnym razem pójdziesz na randkę i Twój wybranek zabierze się za stek lub kotleta, zwróć uwagę na to, jakiej wielkości kawałki pożywienia odkrawa i na tempo, w jakim przeżuwa każdy z nich. Zapewne zobaczysz, że przeżuwa szybciej niż Ty, co ma związek z większymi zębami, większymi ustami i silniejszymi szczękami. Dzięki temu skończy posiłek, gdy Ty będziesz dopiero w połowie swojego. Jedno zastrzeżenie: nie proponuję, abyście urządzali konkurs, kto szybciej zje. Nie byłabym także skłonna się zakładać, że w przypadku deseru wynik będzie taki sam.

**To samiec — pozwól mu zaryczeć.** Nie ma wątpliwości, że przeciętny męski głos jest niższy niż damski. Jeden z odcinków *Kronik Seinfelda* („Pledge Drive”), wprowadzając postać Dana, celnie ukazał, jak bardzo mylący dla ludzkiego ucha może być męczyzna z wysokim głosem.

Wiesz już teraz, że testosteron odpowiada za wiele męskich cech. Podobnie sprawa wygląda w przypadku męskiego głosu. Krtań męczyzny jest średnio o 30% dłuższa od krtań kobiety, o czym świadczy bardzo męskie jabłko Adama. Zapytaj jakiegokolwiek transwestytę, jaką część anatomii najtrudniej mu ukryć, a zapewne usłyszysz, że właśnie jabłko Adama jest w stanie zdradzić go szybciej niż jakaś inna część ciała, z którą można sobie poradzić za pomocą taśmy klejącej.

Gdy organizm chłopca zostaje zalany wszechmocnym testosteronem, wysokość jego głosu gwałtownie się obniża. Niski głos przydawał się także w buszu, gdy męczyźni, którzy nie mieli jeszcze dobrych umiejętności polowania, musieli wydierać zdobycz innym drapieżnikom. Potężny ryk mógł pomóc męczyźnie od-

straszyć je od zdobyczy. Myśliwy o wysokim głosie mógł nie zdołać zdobyć niczego do jedzenia albo sam mógł skończyć jako danie główne.

Obejrzyj debatę polityczną pomiędzy dwoma mężczyznami i zwróć uwagę na wysokość głosu każdego z nich. Postaraj się nie słuchać, co dokładnie mówią. Który z nich wydaje Ci się bardziej wiarygodny? Którego byś wybrała, aby Cię reprezentował i rządził Twoim miastem lub krajem? Głęboki głos nie tylko jest seksowny i wskazuje na wysoki poziom testosteronu, ale też kojarzy się z autorytetem i skłonnościami opiekuńczymi.

**Brodaty mężczyzna przyznaje się do swoich korzeni.** Na temat tego, dlaczego mężczyźni mają brody, podczas gdy twarz kobiet pozostaje nieowłosiona, toczyło się wiele dyskusji (podobnie jak plotek na temat pewnych dam, które natura „obdarzyła” nieco zbyt owłosioną fizjonomią).

Istnieje kilka teorii, które próbują wyjaśnić cel istnienia zarostu na męskiej twarzy.

Jedna z nich tłumaczy, że męski zarost miał przede wszystkim służyć ochronie. Gdy dawny mężczyzna wędrował po bezkresnej sawannie, broda nie tylko ogrzewała jego twarz i szyję (osłaniając go przed wiatrem), ale też chłodziła go podczas upału (zatrzymując pot), osłaniała również przed atakiem niektóre najbardziej wrażliwe punkty ciała, np. tętnicę szyjną.

Pokazywała też wrogom męskość, siłę i agresję jej posiadacza. Nawet bez brody mężczyzna ma wyraźnie potężniejszą szczękę niż kobieta. Broda mogła dodatkowo podkreślać tę cechę budowy, odstraszając łobuzów, którzy chcieliby wywołać awanturę.

Inna hipoteza głosi, że zarost służy jedynie ozdobie i jest wabikiem seksualnym. Pozwalał on zaznaczyć męskość samców nawet z dużej odległości. Zatrzymywał zapach wydzielany przez gruczoły łojowe twarzy, które u mężczyzn o wysokim poziomie testosteronu są bardziej aktywne. Zarost świadczy również o dojrzałości mężczyzny. Dzieciak z meszkiem nad górną wargą może być dostatecznie silny, aby udźwignąć rolę kochanka, jednak nie na tyle, aby utrzymać rodzinę.

Broda mogła też mieć związek z identyfikacją gatunkową. Gdy widzimy dużego kota z grzywą, nie mamy wątpliwości, o jakie zwierzę chodzi. Podobnie jak lwy, mężczyźni byli łatwo rozpoznawalni przez inne gatunki z uwagi na wiecznie rosnącą brodę.

Niezależnie od tego, jaką funkcję pełnił zarost, nie ma wątpliwości co do tego, że jest cechą wyraźnie męską. Kobiety chętniej zgadzały się na kopulację z mężczyznami, którzy mieli zarost, a mężczyźni z kolei unikali kobiet, które same miały brody.

Jakie są Twoje preferencje dotyczące męskiego zarostu? Czy podoba Ci się niewielki dywanik (kozia bródka), dywanik toaletowy (wąsy), wykładzina od ściany do ściany (pełna broda i wąsy), włochaty dywan (długa broda) czy też czyste drewno (dokładnie ogolona twarz)? Żadna reguła nie jest uniwersalna, jednak jeśli podobają Ci się mężczyźni z brodą i wąsami, to zapewne lubisz facetów o wysokim poziomie testosteronu, a także wszystkie cechy, które się z tym łączą.

## Od gładkiej twarzy do brody w mgnieniu oka

Aby obejrzeć, jak z powodu zarostu zmienia się w ciągu kilku sekund wygląd męskiej twarzy, obejrzyj film stworzony przez Christopa Rehage'a, który w 2007 roku postanowił przejść piechotą z Pekinu do Niemiec, nie goląc się po drodze. Zwróć uwagę, jak zmienia się Twoje postrzeganie jego osoby, zwłaszcza gdy w końcu goli swoją długą brodę. Film można znaleźć na stronie [www.thelongestway.com/extra/thevideo](http://www.thelongestway.com/extra/thevideo).

**Męskie włosy łonowe stanowiły kiedyś widok bardziej publiczny.** A przynajmniej tak zakłada jedna z teorii wyjaśniających ich istnienie. Niektórzy antropolodzy twierdzą, że włosy łonowe miały przede wszystkim sygnalizować seksualną dojrzałość. Gdy prehistoryczna kobieta z buszu (aluzja zamierzona) widziała ptaszka w obficie wymoszczonym gniazdku, automatycznie wiedziała, że oglądany przez nią samiec jest seksualnie dostatecznie dojrzały, aby odpowiednio potraktować ją na kamiennym łożu, oraz że jest w odpowiednim wieku, aby zapewnić byt potencjalnej rodzinie. Hipotezę tę umacnia fakt, że gdy chłopiec wchodzi w wiek dojrzewania, włosy najpierw zaczynają mu rosnać w obszarach najbardziej wrażliwych na działanie hormonów. A ponieważ zwiększona produkcja testosteronu rozpoczyna proces dojrzewania płciowego, pojawienie się włosów łonowych stanowi pierwszy znak rozpoczęcia tego procesu. Co więcej, u większości ludzi kolor włosów łonowych uderzająco kontrastuje z kolorem skóry, co powoduje, że przedstawiciele płci przeciwnej nie mogą przeoczyć tej niewielkiej, ale uderzającej oznaki dojrzałości.

Skoro mowa o dojrzałości — inna teoria na temat zachowania owłosienia na wżgórku łonowym mówi o zachowaniu zapachów, które wydzielane są przez gruczoły apokrynowe w tym obszarze. Gdy ludzie biegali po sawannie nago, zapachy mogły zostać łatwo uniesione przez wiatr. Kępka włosów w najbardziej zmysłowych miejscach ciała zapewne pomagała zatrzymać ten zapach, który przyciągał adoratorów (nawet jeśli nie byli oni świadomi prawdziwej potęgi łonowych zapachów).

Ponieważ ludzie byli wyjątkowi pod tym względem, że kopulowali twarzą w twarz, trzecia hipoteza zakłada, że włosy łonowe miały chronić delikatne genitalia przed otarciami. Ze względu jednak na to, że obecnie wiele osób pozbywa się owłosienia łonowego, ta teoria straciła nieco na znaczeniu. Chyba że uprawiamy seks o wiele rzadziej niż nasi zarośnięci przodkowie.

**Męski penis to też dzieło ewolucji.** Penis przez wiele lat był skrzętnie skrywany i nie mówię tu o napletku, lecz o otaczającym go tabu. Być może, gdyby Adam nie zjadł jabłka, jego banan mógłby się cieszyć taką samą wolnością, jakiej doświadcza reszta jego ciała w dzisiejszych czasach. Niemniej jednak, podobnie jak każda inna część męskiej anatomii, penis też musiał się wspinać po ewolucyjnej drabinie.

Zapewne najbardziej uderzającą cechą ludzkiego penisa jest jego rozmiar. W porównaniu z organami innych naczelnych jest zdecydowanie największy. Przeciętny samiec goryla waży średnio trzy razy więcej niż mężczyzna, jednak penis człowieka jest znacznie większy, bardziej okazały i majestatyczny.

Penis nie pełni innych funkcji poza seksualnymi (John Bobbit, któremu żona ucięła penisa, wciąż mógł siusiać), co by świadczyło o tym, że kobiety z dawnych lat musiały preferować większe męskie organy, w wyniku czego przeciętna długość penisa w erekcji wynosi dzisiaj 15,4 cm, a jego obwód 12,7 cm.

Długość tego organu mogła być w jakiś sposób związana z funkcją reprodukcyjną, ponieważ im bliżej szyjki macicy (u szczytu pochwy) następuje ejakulacja, tym sperma ma do przebycia krótszą drogę do jaja.

Ze względu na swoją budowę penis może działać jak tłok zasysający, usuwając z pochwy spermę i płyn nasienny innych mężczyzn za pomocą napletka i rowka żałodnego (brzeg u podstawy żółędzi w pobliżu końca penisa) podczas ruchów frykcyjnych. Ze względu na to, że sperma w oczekiwaniu na jajczkowanie może przetrwać w pochwie kobiety nawet do 5 dni, ta funkcja penisa może mieć istotne znaczenie, tak aby ostatni współżycy z kobietą mężczyzna był tym, który wygra wojnę plemników.

Trudno powiedzieć, czy kobiety wybierały partnerów o większych penisach ze względu na to, że ich poczynania w łóżku były bardziej godne owacji na stojąco, czy też dlatego, że większy penis sprawiał, że kopulacja od przodu była łatwiejsza i bardziej przyjemna, czy też (o czym świadomie kobiety nie mogły wiedzieć) mężczyźni o większych penisach mieli większe szanse na zapłodnienie partnerki. Jest jednak jasne, że w dzisiejszych czasach trudno byłoby znaleźć penisa, który nie mógłby się uporać ze swoją robotą — a to dzięki wyborom dokonywanym przez nasze pramatki, które nie dawały się zadowolić byle czym.

**Źródło męskiej płodności kryje się w jego bezcennych i bardzo delikatnych klejnotach.** Tu rodzi się pytanie, dlaczego męskie jądra, organ tak wrażliwy, że męczyzna na samą myśl o jego uszkodzeniu krzywi się z bólu, zostały umieszczone w tak wyeksponowanym miejscu. Kobiety nie mogą zrozumieć tego bólu, jednak żadna z nas nie miałaby ochoty na zapasy z dzikim zwierzem, gdyby coś tak wrażliwego dyndało nam nieosłonięte między nogami. Można by się spodziewać, że ewolucja mogła wymyślić jakiś lepszy sposób przenoszenia spermy, od której losów zależy istnienie przyszłych pokoleń.

Położenie jąder zawsze przysparzało mężczyznom kłopotów. W dawnych czasach, zanim jeszcze wynaleziono ubrania, kołysanie się jąder musiało trochę zakłócać swobodny bieg. Prawdopodobnie w odpowiedzi na ten problem wynaleziono przepaskę biodrową, co jednak przyniosło kolejną porcję kłopotów typu odparzenia, podrażnienia i otarcia, a także nieprzyjemne zjawisko, gdy worek mosznowy przykleja się do wewnętrznej części ud.

Mogłoby się wydawać, że jądra umieszczone wewnątrz jamy ciała, jak ma to miejsce u wielu gatunków ssaków, byłyby bardziej praktyczne, wygodniejsze i łatwiejsze do kontrolowania dla męczyzny. Istnieje jednak ewolucyjna przyczyna, dla której mamy określone cechy.

Wszyscy słyszeliśmy o kurczeniu się jąder (dzięki prezentacji dokonanej przez George'a z *Kronik Seinfelda*). To zjawisko pozwala wytłumaczyć, dlaczego jądra znajdują się poza jamą ciała męczyzny. Gdy męczyźnie jest zimno (George: „Byłem w basenie!”), mięsień umieszczony w pobliżu szczytu worka mosznowego podciąga jądra do góry, gdzie mogą się ogrzać bliżej ciała. Gdy jest ciepło, mięsień się rozluźnia, dzięki czemu jądra opuszczają się niżej i mogą się schłodzić. Gdyby jądra mieściły się wewnątrz ciała, plemniki mogłyby się ugotować we własnym płynie nasiennym.

Mięsień dźwigacz jądra oraz błona kurczliwa w mosznie odpowiadają za unoszenie się i opadanie kul, które mogą rozpocząć reprodukcyjny bal. Jednak są one też odpowiedzialne za ochronę najcenniejszych męskich klejnotów w razie zagrożenia. Gdy męczyzna jest zestresowany, te same mięśnie podciągają mosznę w kierunku brzucha. Uważane jest to za ewolucyjną strategię, która ma na celu ocalić męskie gonady podczas konfliktu (inaczej mówiąc, mniej dyndania, mniejsze ryzyko urazu).

Inna teoria, która usiłuje wyjaśnić zewnętrzne położenie jąder, głosi, że ich wewnętrzne położenie powodowałoby przedwczesną utratę płynu nasiennego i plemników. Michael Chance, śp. brytyjski etolog, poddał badaniu mocz wioślarzy i odkrył, że zawiera on płyn nasienny. Ponieważ męskie drogi płciowe

pozbawione są zwieraczy, więc ucisk dolnej części podbrzusza, powstający podczas wiosłowania, spowodował wyrzut płynu nasiennego do dróg moczowych. W rezultacie Chance doszedł do wniosku, że gdyby jądra były położone wewnątrz jamy brzusznej, to przy ludzkim agresywnym stylu życia byłby to codzienny problem mężczyzn.

Mimo że męski penis góruje rozmiarami nad penisami innych naczelnych, ludzkie jądra są mniejsze. Może być to związane ze stosunkowo monogamicznym stylem życia człowieka. Szympansy i bonobo mogą mieć jądra wielkością przypominające grejpfruty lub melony. Są to jednak zwierzęta bardzo rozwiązłe i wykorzystują seks do wszystkiego, poczynając od prokreacji, poprzez zawieranie przyjaźni, a na zdobywaniu pożywienia kończąc. W związku z tym potrzebują większej ilości spermy.

Im większy popyt, tym większa musi być fabryka. To pomaga wyjaśnić, dlaczego mężczyźni ze skłonnością do niewierności mają większą skłonność do zrywania się z małżeńskich okowów i obnoszenia swoich wielkich jaj w innych miejscach.

Ewolucja doceniła także wagę problemu, jaki stanowiła zwiększająca się masa mięśniowa mężczyzn w zestawieniu z rozmiarem jego jąder. Większe uda oznaczały mniej miejsca na klejnoty rodowe. Dlatego jedno jądro wisi niżej niż drugie. Dzięki temu sprytnemu rozwiązaniu zajmują one o połowę mniej miejsca na szerokość, niż gdyby były umieszczone idealnie symetrycznie.

**Ewolucja budowy mężczyzny jest czymś niezwykłym.** Żaden przystojniak nie wygląda tak, jak wygląda, bez powodu. Dzisiejsi mężczyźni mogli już zrezygnować z uganiania się za dzikami i prowadzenia wojen plemiennych, jednak ich budowa wciąż świadczy o tym, że te czynności były częścią codzienności ich przodków.

Ciało każdego mężczyzny świadczy o trudach, jakie przechodzili jego przodkowie. Każdy mężczyzna jest żywym dowodem na to, że jego przodkowie mieli, co trzeba, aby przetrwać w środowisku, które bezwzględnie eliminowało słabość. Trzeba tu również dodać, że niewielu współczesnych mężczyzn nie ma zdolności przekazania wartościowych genów Twojemu potomstwu. Niemniej jednak wybór pomiędzy kandydatem dobrym, lepszym i najlepszym wciąż może stanowić wyzwanie.

W kolejnym rozdziale omówimy, dlaczego niektóre męskie cechy uważane są za bardziej atrakcyjne niż inne i w jaki sposób może Ci to pomóc w dokonaniu wyboru. Na szczęście na ogół nie musimy już sobie zadawać pytania, czy dany mężczyzna przetrwa, aby pomóc nam wychowywać dzieci, ani czy jest dostatecznie zdrowy, aby przekazać krzepę naszym dzieciom. Ewolucja zajęła się tym za nas.

Teraz, gdy już rozłożyliśmy ciało mężczyzny na czynniki pierwsze i dokładnie je omówiliśmy, przejdźmy do tego, dlaczego ta część męskiego ciała, jeśli jest dobrze zbudowana, przyciąga uwagę i damskie spojrzenia, a także wywołuje rozmaite wrażenia w sercu i innych częściach żeńskiego ciała.

# PROGRAM PARTNERSKI

GRUPY WYDAWNICZEJ HELION

- 
1. ZAREJESTRUJ SIĘ
  2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
  3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW  
w działający bankomat!

**Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!**

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA WYDAWNICZA

 **Helion SA**



# UWODZENIE TO TWOJA SPECJALNOŚĆ

Mężczyzna, którego właśnie poznałaś, może być Twoim księciem z bajki, ale równie dobrze może być osobą, przed którą powinnaś uciekać, gdzie pieprz rośnie. Nie czekaj kolejne pół roku, żeby się o tym przekonać, szkoda życia! Poznaj rady eksperta w dziedzinie mowy ciała i naucz się odróżniać mężczyzn, z którymi możesz stworzyć trwały związek, od tych zainteresowanych krótką przygodą.

Twoje ciało też jest niczym otwarta księga, ale od Ciebie zależy, jaką historię chcesz opowiedzieć. Dzięki tej książce nauczysz się używać mowy ciała, by nawiązać silną więź z facetem, który wpadł Ci w oko. Dowiesz się, jak poznać jego sekrety i owinąć go sobie wokół palca. Zacznieś świadomie korzystać z bogatego języka swojego ciała oraz możliwości, jakie oferują odpowiedni strój, zapach, spojrzenie, dotyk... Poznasz zabójczo skuteczne sztuczki, które zmiękczą serce nawet największego twardziela.

Tonya Reiman to jedna z najbardziej znanych specjalistek od mowy ciała w Stanach Zjednoczonych. Współpracuje z kanałem Fox News. Występowała między innymi w takich programach jak: „Good Morning America”, „Today”, „Inside Edition” i „Extra”. Publikowała w wielu gazetach i czasopismach, takich jak „New York Times”, „Cosmopolitan”, „USA Today”, „Glamour”, „Time” i „Wall Street Journal”. Jest autorką książek *Potęga mowy ciała. Jak odnieść zawodowy i towarzyski sukces* oraz *Potęga perswazyjnej komunikacji. Jak wpływać na ludzi, aby zawsze słyszeć „TAK!”*.

**OSOBOWOŚĆ** **ODNOWA**

Nr katalogowy: 12161



Księgarnia internetowa:  
<http://sensus.pl>



Zamówienia telefoniczne:  
**0 801 339900**



**0 601 339900**

**sensus**

Sprawdź najnowsze promocje:  
● <http://sensus.pl/promocje>  
Książki najchętniej czytane:  
● <http://sensus.pl/bestsellery>  
Zamów informacje o nowościach:  
● <http://sensus.pl/nowosci>

Helion SA  
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice  
tel.: 32 230 98 63  
e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)  
<http://sensus.pl>

Cena 44,90 zł

ISBN 978-83-246-4475-9



9 788324 644759