Автор: Administrator
31.07.2008 15:06 -

В погоне за красотой миллионы людей по всему миру испробовали массу способов избавиться от лишних килограммов, благо современная наука регулярно предлагает им все новые и новые средства для похудения. Однако очень редко они достигают желаемого результата, поскольку ожирение по своей сути обусловлено генетически и искоренить его практически невозможно. Но если вы хотите скинуть несколько килограммов простым и безвредным способом, а заодно совместить приятное с полезным, тот нет ничего лучше… хорошего и, главное, частого секса.

"Полноценная интимная жизнь может быть лучшей диетой, которую вы когда-либо пробовали", – пишет Керри Макклоски, автор новой книги "про это" под названием "Основы секс-диеты", выход которой ожидается в начале следующего года. Более того, по ее твердому убеждению, частый секс не только помогает похудеть, но также продлевает жизнь, улучшает иммунитет, избавляет человека от депрессии и укрепляет сердечную мышцу, пишет ru.redtram.com .

Разумеется, все это мы уже знаем из многочисленных научных трудов о сексе. Но дело в том, что специальной системы похудения, основанной на интимной стороне человеческой жизни, до сих пор разработано не было. Макклоски систематизировала труды своих предшественников, подробно описав в своей книге различные "секс-упражнения", которые помогут людям поддерживать себя в прекрасной форме.

При этом автор особо подчеркивает, что основное положение данной диеты заключается в том, чтобы "заниматься сексом чаще, чем среднестатистическая пара". Кроме того, она советует увеличить продолжительность каждодневных (в идеале) любовных утех, а также их интенсивность. Но если секс превратится в скучное, рутинное занятие, пишет автор, то успеха не ждите: уж где-где, а в интимной жизни необходимо разнообразие.

Макклоски настоятельно рекомендует своим читателям включить в секс-диету различные овощи и фрукты, "преимущественно фаллической формы", которые являются, по ее мнению, не только возбуждающими, но и "чрезвычайно питательными". В частности, автор упоминает сельдерей, виноград, апельсины и бананы. Последние, пишет автор, даже содержат некие компоненты, которые улучшают эректильную функцию у мужчин. Что же касается женщин, то вегетарианство им тем более полезно, поскольку овощи и фрукты, по данным Макклоски, содержат в себе множество феромонов, вызывающих у милых дам приятное возбуждение. И как тут не вспомнить советы от Памелы Андерсон, которая настоятельно рекомендовала отказаться от мяса, дабы "достичь самого лучшего оргазма в своей жизни".

"Большинство книг на эту тему написаны для того, чтобы заработать с их помощью кучу денег, – заявил доктор Роберт Фрайер из университета Фэрриса в Мичигане, успевший познакомиться с "Основами секс-диеты". – Они не предназначены для того, чтобы действительно помогать людям". А вот творение Макклоски, по его словам, как раз то, что нужно.