

CIP - Katalogizacija u publikaciji Narodna biblioteka Srbije, Beograd

.392.6

GREJ, Džon

Muškarci su sa Marsa, Žene su sa Venere/ Džon Grej; prevod s engleskog Srđan Krstić i Ljiljana Janičić.

- (I. izd.). - Beograd: Esotheria, 1996 (Beograd: Junior).

- 285 str.; 20 cm (Mikrokosmos: edicija psiholoških sazvežđa)

Prevod dela: Men are from Mars, Women are from Venus / John Gray

ISBN 86-81585-62-2

177 316.47

a) Međuljudski odnosi b) Međupolni odnosi

ID=48282124

MUSKARCI SU SA MARSA ŽENE SU SA VENERE

Džon Grej

Prevod s engleskog:

Srđan Krstić i Ljiljana Janičić

Naslov Originala: John Gray

MEN ARE FROM MARS,

WOMEN ARE FROM VENUS

© Copyright originala: 1992. by John Gray

© Copyright za Jugoslaviju: IF "ESOTHERIA" Beograd

Sva prava prevoda i objavljivanja zadržava izdavač

Izdavač: IP ESOTHERIA, Beograd Izdavački savet: Maja Mandić i Vladimir Madić Glavni i odgovorni urednik:

Vladimir Madić

Idejno rešenje korica: Izdavač

Korektura: Maja Mandić i Marina Đorđević

Kompjuterski slog i grafički dizajn:

Srđan Krstić

Štampa: "Junior", Beograd Prvo izdanje Beograd 1996.

YU ISBN 86-81585-62-2

SADRZAJ

ZAHVALNICE.....	7
PREDGOVOR.....	9
1. MUŠKARCISUSAMARSAŽENESUSAVENERE.....	17
2. GOSPODIN OPRAVIĆEMO TOIKUĆNIKOMITETZA USAVRŠAVANJE.....	23
3. MUŠKARCIIDU U SVOJEPEĆINE A ŽENEPRIČAJU.....	37
4. KAKOMOTIVISATISUPROTANPOL.....	50
5. GOVOREĆIDRUGAČIJEJEZIKE.....	67
6. MUŠKARCISUKAOLASTIŠ.....	99
7. ŽENESUKAO TAIASI.....	118
8. OTKRIVANJE NAŠIH RAZUČITIH EMOTIVNIH POTREBA.....	137
9. KAKOIZBEĆISVAĐU.....	155
10. SKUPUANJEPOENA KOD SUPROTNOG POLA.....	182

11. KAKOSAOPŠTITITEŠKA OSEĆANJA.....	210
12. KAKOZATRAŽITIPOMOĆIDOBITIJE.....	245
13. ODRŽAVANJEČAROLIJEUUBAVIUŽIVOTU.....	271

*Sa najdubljom Ijubavlju i naklonošću
posi'ćujem ovu knjigu
svojoj ženi, Boni Grej.
Njena Ijubav, nežnost, mudrost i snagr
inspirisali su me da budem najbolji
što sam mogao da budem
i da podelim sve ono što smo zajedno naučili.*

Zahvalnice

Zahvaljujem se svojoj ženi Boni za to što je sa mnom dehla sva iskušnja na putu stvaranja ove knjige. Zahvaljujem joj se jer je raz-menjivala svoje priče i iskustva sa mnom, a posebno joj se zahvalju-jem za to što je proširile moje vidike i omogućila mi da shvatim i poštuera žensko viđenje stvari.

Zahvaljujem se našim ćerkama, Senon, Juliji i Lorin za njihovu postojanu Ijubav i poštovanje. Izazov roditeljstva omogućio mi je da shvatim sve borbe koje su vodili moji roditelji i da ih zavolim još više. To što sam otac posebno mi je pomoglo da shvatim i volim svog oca.

Zahvaljujem se svom ocu i majci na njihovoj predanosti u naporu da podignu familiju od sedmoro dece. Zahvaljujem se svom bratu Dejvidu zato što je umeo da razume moja osećanja i ceni moj rad. Zahvaljujem se svom bratu Vilijamu koji me je motivisao za velika dostignuća. Zahvaljujem se svom bratu Robertu za sve one duge i interesantne razgovore koje smo vodili do zore, i za brilijantne ideje, od kojih sam uvek imao koristi. Zahvaljujem se svom bratu Tomu za njegovo ohrabrenje i pozitivan duh. Zahvaljujem se svojoj sestri Virdžiniji jer je verovala u mene i cenila moje seminare. Zahvalju-jem se svom preminulom, ralađem bratu Džimiju za njegovu Ijubav i naklonost, koji rai i dalje pružaju podršku u teškim vremenima.

Zahvaljujem se svom agentu Peti Brajtman, čiji su pornoć, sjajna kreativnost i entuzijazam vodili ovu knjigu od koncepta do kraja. Zahvaljujem se Kerol Bidnik na iijenoj inspirišućoj podršci u poče-tku ovog projekta. Zahvaljujem se Suzan Moldov i Nensi Peske na njihovim stručnim primedbama i savetima. Zahvaljujem se osoblju Harper Kolinsa na njihovom neprestanora izlaženju u susret raojira potrebaraa.

7

Zahvaljuera se hiiadama onih koji su učestvovali u mojim semi-narima, delili svoja iskustva s drugima i ohrabrivah me da napišem ovu knjigu. Njihova pozitivna energija pomogla rni je da dodem do ovako jednostavnog prikaza veoma složene materije.

Zahvaljujem se svojim klijentima koji su sa mnom podelili svoje intimne borbe i osećanja verujući u moju pomoć,

Zahvaljujem se Sdru Ivlarinou na njegovoi mudrosti i uticaju koji se proviaće kroz ovu knjigu.

Zahvaljujem se mnogobrojnim promoterima koji su uložili srce i **dušti** u **uspeh** ovog projekta.

Zahvaljujem se Ričardu Koenu i Sindi Blek iz "Bijond Vords Pa-bHšing" na podršci koju su mi daU prilikom pisnja knjige Muškarci, žene i njihovi odnosi, koja je poslužila kao osnova za ideje izložene u ovoj knjizi.

Zahvaljujem se svojoj sekretarici Arijani, svom advokatu Dže-riju Rifoldu i prijatelju Klifordu IVIekgavajeru na podršci.

Zahvaljujem se muškim članovima mojih seminara koji su pode-lili svoje priče i iskustva sa mnom, pomažući mi da ovaj rukopis privedem kraju.

8

Predgovor

Nedelju dana posle rođenja naše ćerke Lorin, moja žena Boni i ja bili smo potpuno iscrpljeni. Lorin nas je budila svake noći. Boni je bila sećena tokom porođaja tako da je još uvek uzimala lekove protiv bolova. Jedva je mogla da hoda. Posle pet dana koje sam proveo kod kuće, morao sam da se vratim natrag na posao. Izgledalo je kao da se ona oseća bolje. Dok sam bio odsutan ona je ostala bez svojih pilula protiv bo-lova. Umesto da me nazove, Boni je mog brata koji je dolazio u" posetu zamolila da joj kupi pilule. Međutim, moj brat nikako da se pojavi na vratima. Boni je čitav dan provela

u bolovima, brinući o no-vorođenčetu.

Ja nisam imao pojma da joj je dan bio užasan. Kada sam se vratio kući, ona je bila veoma neraspoložena. Pogrešno sam razumeo razloge njene uznemirenosti i pomislio sam da mene optužuje zbog toga.

Rekla je, "Čitav dan trpim bolove... Nestalo mi je pilula, Pala sam u krevet, a niko o tome ne vodi računa.!"

Rekao sam, povlačeći se, "Zašto me nisi pozvala?"

Ona je odgovorila, "Zamolila sam tvog brata ali je on zaboravio. Čitav dan ga čekam da dođe. I šta je onda trebalo da uradim. Jedva mogu da hodam. Osećam se jako iscrpljeno!"

U tom času sam eksplodirao. Tog dana mi je fitilj bio izuzetno kratak. Bio sam besan jer me jednostavno nije pozvala telefonom. Naljutilo me je to što me je optuživala u času kada nisam znao da trpi jake bolove. Nakon što smo izmenili par oštrih rečenica, uputio sam se prema vratima. Bio sam umoran, nervozan i čuo sam sve što je mo-gio da se čuje. Oboje smo dostigli svoje granice.

9

Onda je: počeo da se događa nešto što će promeniti raog čitav živoi.

Eoni je rekia, "Stani, moiim. te, nemoj da ideš. Ovo je trenutak kada si mi najpotrebniji. Imam bolove. Nisam spavala čitav dan Mo-iim te, sasiušaj me."

Stao sam na trenutak da bih je saslušao.

Rekla je, "Džone Greju za tebe ne važi ona da se 21a mucu poznaju junaci. Sve dok sam ja dobra, slatka Boni, ti si tu, ali čim ja postanem drugačija ti se hvataš za kvaku."

Onda je zastala na trenutak, a oči su joj se napunile suzaina. Pošto je podigla ton glasa rekla je, "Sad sam u bolovima. Ništa ne mogu da ti pružim, ovo je čas kada si mi najviše potreban. Molim te, dodi i zagrhm me. Ništa ne moraš da kažeš. Samo mi je potrebno da os-etim tvoje ruke oko sebe. Nemoj da ideš, molim te.

Prišao sam i čuteći je zagrlio. Ona se raspiakala u mom naručju. Nakon par minuta Boni mi se zahvalila što nisam otišao. Rekla mi je da joj je bilo potrebno samo da oseti kako je čvrsto držim.

U tom trenutku sam shvatio da je pravo značenje Ijubavi -- be-zuslovna Ijubav. Ja sam o sebi uvek razmišljao kao o osobi punoj Iju-bavi. AH ona je bila u pravu. Ja sam bio prijatelj i Ijubavnik jedino u dobru. Uzvrtao sam joj Ijubav kada je ona bila Ijubazna i .srećna. Ali u trenucima kada je ona bila nesrećna ili neraspoložena ja bih ulazio u rasprave i povlačio se.

Tog dana je prvi put ja nisam napustio. Ostao sam i izvanredno sam se osećao. Uspeo sara da joj pružim ono što je ona želela da do-bije od mene. To je izgledalo kao prava ljuba.v. Voditi računa o drugoj osobi. Verovati u našu Ijubav. Biti tu u času kada je njoj potrebna sva moja Ijubav. Bio sam zadivljen kako mi je bilo lako da da joj pružim podršku kada mi je pokazan pravi put.

Kako sam to bio propustio? Njoj je bilo potrebno da joj pridem i zagrhm je. Druga žena bi nagoniski znala šta je Boni potrebno. Ali kao muškarac ja nisam znao da su dodir, zagrljaj i strpljivo slušanje njoj toliko važni. Raspoznavši ove razlike počeo sam poiako da savladujem novi pristup u odnosu sa svojom ženom. Nikada ne bih mogao da poverujem da ćemo biti u stanju da razrešimo sukob tako brzo.

U mojim prethodnim vezama, ja sam postajao nezainteresovan i hladan u teškim trenucima jer jednostavno nisam znao šta bih drugo

10

mogao da uradim. Posledica toga je da je moj prvi brak bio veoma bolan i težak. Ovaj događaj sa Boni otkrio mi je kako mogu da promenim ovaj obrazac ponašanja.

To je inspirisalo mojih sedam godina istraživanja kako da po-mognem u razvoju i pročišćavanju uvida u ponašanje muškaraca i žena, prikazanih u ovoj knjizi. Shvativši na veoma praktičan način i kroz osobene pojmove da su muškarci i žene različiti ja sam iznenada počeo da shvatam kako moj brak i ne mora da bude večita borba. Sa ovom novom svešču o našim razlikama Boni i ja smo mogU dra-matično da poboljšamd našu komunikaciju i da više uživamo jedno u drugom. Nastavljavući da prepoznajemo i istražujemo naše razlike otkriU smo i nove načine kako da usavršimo sve naše veze i odnose. Naučili smo o odnosima ono što naši roditelji nisu znali pa prema tome znanje nisu mogU ni da nam prenesu. Pošto sam ta saznanja počeo da deUm sa svojim pacijentima, njihove veze i odnosi takođe su počeu da se popravljaju. Bukvalno su hiljade onih koji su posećivaU moje vikend seminare mogU da vide kako su se njihovi odnosi dramatično preobrazili preko noći.

Sedam godina kasnije pojedinci i parovi su me i dalje izveštavaU o koristi koju su imaU. Dobijao sam fotografije srećnih parova i njihove dece, sa pismima u kojima su mi zahvaljivaU na tome što sam im spasao brak. lako je zapravo njihova Ijubav spašavala njihove brakove, oni bi se verovatno razvodiU da nisu stekli dublje razu-mevanje suprotnog pola.

Suzana i Džim su bili u braku devet godina. Kao većina parova počeu su puni Ijubavi koju su osećaU jedno prema drugom, aU nakon godina ispunjenih fmstracijama i razočarenjima izgubiU su strast koju su osećaU jedno prema drugom i rešili da dignu ruke od svega. Međutim, pre nego što su se razveU došU su na moj vikend seminar o vezama i odnosima. Suzana je rekla, "Sve smo pokušaU da bi ova veza mogla da uspe. Jednostavno se isuviše razlikujemo."

Tokom seminara oni su biU zapanjeni kada su naučiU da njihove razUke ne samo da su normalne već su i očekivane.

Utešili su se kada su shvatili da su i drugi parovi iskusili iste obrasce ponašanja. U samo dva dana Suzana i Džim su došli do potpuno novog shvatanja o odno-sima muškaraca i žena.

11

Ponovo su se zaljubiU. Njihov se odnos čudesno promenio. Više nisu razmišljaU o razvodu već su planirah kako skupa

da provedu ostatak života. Džim je rekao, "Ovo saznanje o našim razlikama vra-tilo me je natrag svojoj ženi. To je najveći poklon koji sam ikada mogao da dobijem. Mi smo ponovo zaljubljeni jedno u drugo." Kada su me pozvali da ih posetim u novoj kući, šest godina kasnije, oni su i dalje bili zaljubljeni. Još uvek su mi zahvalni zato što sam im pomogao da shvate jedno drugo i ostanu u braku. Iako će se gotovo svako složiti s tim da su muškarci i žene različiti, ono *kako* su različiti većina ne može da objasni. U poslednjih deset godina mnoge knjige su probijale put, s namerom da pronadu definiciju ovih razlika. Iako su napravljeni značajni koraci mnoge knjige su bile jednostrane i na nesreću su osnaživale među-sobno nepoverenje i odbojnost prema suprotnom polu. Obično je je-dan pol prikazan kao žrtva onog drugog. Bio je potreban pouzdan vodič koji će nas povesti u pravcu shvatanjazzdravi/i razlika koje krasi muškarce i žene. Da bismo poboljšali odnose među polovima neophodno je raz-viti shvatanje naših razlika koje će uzdići naše samopoštovanje i dostojanstvo, inspirišući u isti mah međusobno poverenje i ličnu odgovornost uz povećanu saradnju i mnogo više ljubavi nego pre. Kao rezultat ispitivanja više od 25 000 polaznika mojih seminara o vezama i odnosima, bio sam u stanju pozitivno da definišem kako se to muškarci i žene razlikuju. I dok sami budete istraživali te razlike videćete kako se zidovi odbojnosti i nepoverenja tope. Otvaranje srca će doneti više oprostaja i povećaće motivaciju za pružanjem ljubavi i podrške. Sa ovom novom svešću vi ćete, nadam se, otići i dalje od sugestija sadržanih u ovoj knjizi i nastaviti da razvi-jate puteve koji će vas odvesti do odnosa prema suprotnom polu is-punjenog nežnošću i ljubavlju. Svi principi na kojima je ova knjiga postavljena testirani su i is-probani u praksi. Gotovo 90 odsto od preko 25.000 ispitanika pre-poznalo je sebe u opisima datim u knjizi. Ako uhvatite sebe da klimate glavom u znak odobravanja dok čitate ovu knjigu, govoreći, "Da, da, ovo se o meni govori," onda je sasvim izvesno da niste usamljeni. I kao što su ostali imali koristi primenjujući ovde na-vedene zaključke, takvu istu korist možete imati i vi.

12

Muškarci su sa Marsa, Žene su sa Venere otkriva novu strategiju u smanjenju napetosti u odnosima i stvara više ljubavi, omogućivši nam pre svega da detaljno vidimo kako se to muškarci i žene razlikuju. Knjiga potom nudi praktične savete o tome kako smanjiti frustracije i razočaranja, stvarajući istovremeno život sa više sreće i intimnosti. Veze ne moraju da budu samo borbe i ratovi.

Napetost, odbojnost ili sukob prisutni su samo onda kada ne razumemo jedni druge.

Mnogi ljudi se osećaju frustrirano u vezama koje imaju. Oni vole svoje partnere, ali kada napetost poraste jednostavno ne znaju šta da učine da bi stvari krenule na bolje. Shvatajući koliko se muškarci i žene u potpunosti razlikuju, naučićete kako se uspešno odnositi prema partneru, saslušati ga i pružiti mu podršku. Naučićete kako da stvorite ljubav koju ste zaslužili. Kada budete pročitali ovu knjigu možda ćete se upitati kako je uopšte neko mogao da ostvari uspešnu vezu bez nje.

Muškarci su sa Marsa, Žene su sa Venere je priručnik za ljubavne veze devedestih godina ovoga veka. Knjiga otkriva kako se muškarci i žene razlikuju u svim oblastima njihovih života. Ne samo da muškarci i žene različito komuniciraju već različito razmišljaju, osećaju, reaguju, odgovaraju, vole, imaju drugačije potrebe i cene drugačije stvari. Oni kao da su sa različitih planeta, kao da govore različitim jezicima i jedu drugačiju hranu.

Ovo široko shvatanje naših razlika pomaže u rešavanju mnogih frustracija koje svoj koren imaju u pokušaju da shvatimo suprotan pol. Tada nesporazumi mogu biti brzo izgladjeni ili izbegnuti. Neispravna očekivanja lako mogu biti ispravljena. Kada stalno imate na pameti da se vaš partner razlikuje od vas kao neko ko je sa druge planete, vi možete da se opustite i saradujete s tim razlikama umesto da im se opirete ili pokušavate da ih menjate.

Ono što je najvažnije, kroz ovu knjigu ćete naučiti praktične tehnike rešavanja problema koji izrastaju iz naših razlika. Ova knjiga nije samo teorijska analiza psiholoških razlika, već je takođe i praktičan priručnik za uspešno stvaranje ljubavnih veza.

Istinitost ovih principa je očigledna i može biti potvrđena kako vašim sopstvenim iskustvom tako i zdravim razumom. Mnogi primeri će jednostavno i sažeto izraziti ono što ste vi oduvek intuitivno

13

naslućivali. Ova potvrda će vam pomoći da ostanete ono što jeste ne gubeći svoje ja u ljubavnoj vezi.

Kao odgovor na ova saznanja muškarci će često reći, "To je tačno ono što ja zaista jesam. Da me vi ne pratite uokolo?"

Više se ne osećam kao da sa mnom nešto nije u redu.

Žene će često kazati, "Konačno me moj muž pažljivo sluša. Ne moram da se borim da bih dobila potvrdu onoga što mislim. Otkada ste vi objasnili razlike moj muž je konačno shvatio. Hvala vam!"

Ovo je tek nekoliko od hiljada inspirativnih komentara koje su ljudi razmenili nakon što su naučili da su muškarci sa Marsa, a žene sa Venere. Rezultat ovog novog programa shvatanja suprotnog pola nije nimalo dramatičan i iznenađan, ah veoma dugo traje.

Sigurno je da stvaranje ljubavne veze ponekad može da bude put posut ostrim kamenjem. Problemi su neizbežni. Ali ovi problemi mogu biti ili izvor ljubavi i odbijanja ili prihrana za produbljevanje bliskosti i povećanje ljubavi, brige i poverenja. Uvidi koje ova knjiga pruža nisu samo "brze popravke" koje će ukloniti sve probleme. Umesto toga oni omogućavaju potpuno nov pristup pomoću kojeg veza u kojoj se nalazite može da vam bude podrška pri rešavanju životnih problema koji iskrsnu pred vas. Ova nova svest biće vaša alatka kojom ćete moći da dobijete ljubav koju zaslužujete i da svom partneru pružite ljubav i podršku koju on ili ona zaslužuju.

U ovoj knjizi ima dosta uopštenih zaključaka o muškarcima i ženama. Verovatno ćete naći da su neki od njih istinitiji od onih drugih... naposljetku mi smo svi jedinstveni, svako od nas ima svoja pojedinačna iskustva. Ponekad se događalo da su parovi i pojedinci na mojim seminarima izjavljivali kako se poistovećuju sa primerima koje ja iznosim, ali u ulozi

suprotnog pola. Muškarci su sebe pronalazili u primerima žena i obrnuto. Ja ovo zovem obrnutom ulogom. Ako otkrijete da ste i vi sami ponekad zaigrali u obrnutoj ulozi, želim da vas uverini kako je sve u najboljem redu. Predlažem vam da onda kada ne uspevate da se poistovetite sa primerima iz ove knjige vi te primere ignorišite (prelazeći na nešto što vam je blisko) ili se za-gledajte dublje u sebe. Mnogi muškarci odriču se posedovanja muških atributa da bi izgledali nežniji i pažljiviji. Isto tako mnoge žene će se na rečima odreći svojih ženskih atributa sve da bi mogle

14

uspešno da žive i posluju u svetu koji visoko vrednuje muške osobine. Ukoško je ovo vaša boljka, primenom saveta, strategija i tehnika izloženih u ovoj knjizi ne samo da ćete stvoriti više strasti u vašoj vezi već ćete uspostaviti i bolju ravnotežu vaših muških i ženskih osobina.

U ovoj knjizi ja ne postavljam direktno pitanje *zašto* se muškarci i žene razHkuju. To je složeno pitanje na koje se inože dati mnogo razhčitih odgovora, počevši od bioloških razhka, uticaja roditelja, obrazovanja, genetske strukture do uslova življenja uslovljenih društvom, medijima i istorijom. (Ova pitanja su istražena u mojoj knjizi *Muškarci, Žene i njihovi odnosi: Sklopiti mirsa suprotnim polom.*)

Iako su koristi od primene saveta i zaključaka istaknutih u ovoj knjizi trenutne, ona ne zamenjuje potrebu za terapijom i savetovanjima za ljude koji imaju problema u vezi ih potiču iz problematičnih porodica. Čak i potpuno zdravi pojednici u vreme velikih izazova imaju potrebu za terapijom ili savetovanjem. Ja snažno verujem u moćnu, postepenu promenu koja se odvija tokom terapije, bračnog savetovanja i rada s grupama za oporavak.

S druge strane od mnogih ljudi sam čuo da su više koristi imali od ovog novog shvatanja naših odnosa nego od čitavih godina terapije. No, bez obzira na to, verujem da su godine terapije ili rada u grupi obezbedile pogodno tle na kojem su uvidi stečeni u ovoj knjizi mogli uspešno da se primene na njihov život i odnose.

Ukoliko je naša prošlost problematična, onda čak i nakon go-dina terapije i rada u grupama imamo potrebu za pozitivnom slikom zdravih veza i odnosa. Ova knjiga upravo slika takvu sliku. S druge strane ako je naša prošlost bila ispunjena ljubavlju i pažnjom, vremena su se promenila, a mi imamo potrebu za novim pristupom odnosima između polova. Od izuzetnog je značaja naučiti nove, zdrave načine na koje ćemo se odnositi jedni prema drugima.

Verujem da svako može da ima koristi od zaključaka i saveta iznesenih u ovoj knjizi. Jedini negativan odgovor koji sam čuo od onih koji su pohađali moje seminare bio je "E, da mi je to neko rekao ranije."

Nikada nije kasno da uvećate ljubav koja krasi vaš život. Potrebno je samo da prihvatite nov način. Bez obzira da li ste na određenoj terapiji ili ne, ukoliko želite da imate ispunjeniju vezu sa suprotnim polom, ova knjiga je kao poručena za vas.

15

Zadovoljstvo rai je da sa vama podelim knjigu *Muškarci su sa Marsa, Žene su sa Venere*. Neka vam život teče u mudrosti i ljubavi. Neka razvoda bude što manje, a što više srećnih brakova. Naša deca zaslužuju bolji svet.

Džon Grej

15. Novembar 1991.

Mil Vali

Kalifornija

16

GLAVA 1

MUŠKARCI SU SA MARSA ŽENE SU SAVENERE

Zamislite da su muškarci s Marsa, a žene s Venere. Nekada davno, Marsovci su, gledajući kroz svoje velike teleskope, otkrili Venerijanke. Već prvi pogled bačen na lepe Venerijanke probudio je u njima osećanja koja nikada nisu imali. Pošto su se Marsovci na prečac i žestoko zaljubili, sagradili su moćne brodove i odleteli na Veneru.

Venerijanke su ih dočekale raširenih ruku. One su dugo već predosećale da će konačno doći i taj toliko očekivani dan. Srca su im se otvorila prema ljubavi koju nikada pre toga nisu osetile.

Ljubav između Venerijanki i Marsovaca bila je magična. Uživali su u zajedničkom životu, čineći stvari zajedno, deleći skupa ono što imaju. Pošto su bili s različitih svetova, s radošću su otkrivali razlike, koje su ih krasile. ProvođiU su dane i mesece upoznavajući jedni druge, istražujući i shvatajući različitost svojih potreba, težnji i po-našanja. Godinama su živeU zajedno, u sreći i harmoniji.

Tada su odlučili da odlete na Zemlju. U početku je sve bilo divno. Ali uticaj zemljine atmosfere uzeo je svoj danak i jednoga dana svi su se probudili s čudesnim oblikom gubitka pamćenja -*selektivnim gubitkom pamćenja*.

I Marsovci i Venerijanke zaboravili su da su s različitih planeta i da bi stoga, sasvim normalno, trebalo da budu različiti. Tog jutra je sve što su naučili o međusobnim razlikama jednostavno bilo zbrisano iz njihovih sećanja. Od tog dana

muškarci i žene su u svađi.

17

PODSEĆANJE NA RAZLIKE

Bez prihvatanja dnjenice da žene i muškarci po prirodi stvari moraju da budu različiti - oni će uvek biti u svađi. Ako ovu tako važnu istinu zaboravimo, mi obično postajemo ljuti i razočarani u suprotan pol. Tad očekujemo da druga strana reaguje poput nas. Hteli bi smo da oni "žele što mi želimo" i "osećaju kako mi osećamo".

Mi potpuno pogrešno pretpostavljamo da će se naš partner, ako nas zaista voli, ponašati i reagovati isto onako kako se mi ponašamo i reagujemo kada nekoga volimo. Ovakav stav vodi iz razočarenja u razočarenje, sprečavajući nas da sednemo i s puno ljubavi, zajedno razmotrimo prirodne razlike koja nas krasi.

Mi potpuno pogrešno pretpostavljamo da će se naš partner, ako nas zaista voli, ponašati i reagovati isto onako kako se mi ponašamo i reagujemo kada nekoga volimo.

Muškarci sasvim pogrešno očekuju da žene misle, govore i reaguju na način na koji to čine muškarci; žene za uzvrat pogrešno očekuju da muškarci osećaju, razgovaraju i uzvraćaju na način na koji to čine žene. Zaboravljamo da su žene i muškarci, što je i sasvim normalno -- različiti. Rezultat ovog našeg previda su neprestana trvenja i sukobi između muškaraca i žena.

Prepoznajući i poštujući te razlike, mi možemo dramatično da smanjimo naše nedoumice, koje se javljaju u odnosima sa suprotnim polom. Kad se setite da u žene sa Venere, a muškarci sa Marsa, sve može da vam bude kristalno jasno.

KRATAK PREGLED NAŠIH RAZLIKA

U ovoj knjizi ćemo detaljno govoriti o našim razlikama. Svako poglavlje će vam doneti nova i važna saznanja. Evo nekoliko tema koje ćemo ovde obraditi:

U drugom poglavlju istraživaćemo koliko se razlikuju muški i ženski sistemi vrednosti, pokušavajući ujedno da shvatimo dve najveće greške koje činimo u odnosu sa suprotnim polom: muškarci greše nudeći gotova rešenja i pokušavajući da izmene ženina

18

osećanja, dok žene nude nepoželjne savete i pune su kritika na račun muškaraca. Kroz shvatanje porekla i običaja Marsovaca i Venerijanki postaje očigledno zbog čega žene i muškarci *nenamerno* čine ove greške. Vodeći uvek računa o ovim razlikama mi možemo da ispravimo naše greške i da partneru odgovorimo na ranog bolji način.

U trećoj glavi ćemo otkriti različite puteve kojima se muškarci i žene kreću, boreći se sa stresom. Dok Marsovci imaju težnju da se povuku i u tišini razmisle o onome što ih tišti dotle Venerijanke nagonski osećaju potrebu da otvoreno s nekim porazgovaraju o onome što ih muči. Naučićete nove strategije o tome kako da dobi-jete ono što želite upravo u tim situacijama.

U četvrti glavi ćemo da istražujemo kako motivisati suprotan pol. Muškarci su motivisani kada osećaju da su nekome potrebni, a žene su motivisane kada osećaju da neko nežno i s ljubavlju brine o njima. Razmotrićemo tri koraka kojima se mogu unaprediti naši odnosi i istražiti kako možemo da prevaziđemo naše najveće izazove: muškarci moraju da prevaziđu otpor prema pružanju ljubavi dok žene moraju da prevaziđu otpor u primanju te iste ljubavi.

U petom poglavlju ćemo naučiti da muškarci i žene često ne razumeju jedni druge, a to se događa zato što govore različite jezike. *Marsovsko—Venerijanski rečnik izraza* uveden je da bi pružio prevod najčešće upotrebljivanih izraza koje koristi suprotan pol. Naučićete da muškarci i žene razgovaraju ih prestaju da razgovaraju iz potpuno različitih pobuda. Žene će naučiti šta da rade kada muškarac začuti, a muškarci će naučiti kako pažljivo da slušaju, a da se zbog toga ne osećaju jadno.

U šestom poglavlju videćemo da žene i muškarci imaju različite poglede i na bliskost. Muškarac se primiče veoma blizu a onda se iznenada udaljava. Žena će naučiti kako da podrži ovaj proces udaljavanja jer će joj se on silovito vratiti kao rastegnuti lastiš kada se iznenadaskupi. Žene će, takode, naučiti koje je najbolje vreme za intimne razgovore sa muškarcem.

U sedmom poglavlju ćemo istražiti kako se ženine ljubavne težnje ritmično uzdižu i padaju prateći pokrete talasa. Muškarci će naučiti kako ispravno da shvate ove ponekad iznenadne promene raspoloženja. Muškarci će takode otkriti kada su najviše potrebni

19

ženi i kako da je vešto podrže u tim trenucima bez sopstvenog žrtvovanja.

U osmom poglavlju otkrićete kako muškarci i žene pružaju onu vrstu ljubavi koja je njima potrebna, a ne ono što je potrebno njihovim partnerima suprotnog pola. Muškarcima je pre svega potrebna ljubav koja je ispunjena poverenjem, prihvatanjem i poštovanjem. Ženama je potrebna ljubav u kojoj se jasno iskazuju briga, razumevanje i uvažavanje. Otkrićete šest načina na koje ćete najčešće partnera ugasiti okrenuvši njegov prekiđač na "isključeno".

U devetoj glavi ćemo istraživati kako da izbegnemo bolne rasprave i svađe. Muškarci će naučiti da njihova težnja da

uvek dokažu kako su u pravu može da zvuči kao optužba o neopravdanosti žen-inih osećanja. Žene će naučiti kako one nehotice šalju poruke neodobravanja umesto poruka neslaganja, a to samo potpaljuje muškarčev odbrambeni stav. Anatomija svade će biti istražena kroz mnoštvo praktičnih saveta koji imaju za cilj da uspostave komunika-ciju punu podrške umesto svade.

Deseta glava će pokazati kako žene i muškarci različito skupljaju poene. Muškarci će naučiti da Venerijanke izjednačavaju sve Iju-bavne poklone, bez obzira na njihovu veličinu. Umesto da se usreds-rede na jedan veliki poklon muškarce ćemo ovde podsetiti da su jednako važni neprestani, mali izrazi Ijubavi i pažnje: naveden je 101 način kako skupiti poene kod žena. Žene će naučiti kako da preus-mere svoju energiju da bi postigle značajne poene kod muškarca pružajući mu ono što on zaista želi.

U jedanaestoj glavi ćete naučiti kako da komunicirate jedno s drugim u teškim trenucima. Različiti načini na koje muškarci i žene kriju svoja osećanja prikazani su skupa uz ukazivanje na važnost naše potrebe da s nekim podelimo svoja osećanja. Tehnika Ijubavnog pisma je preporučena za izražavanje negativnih osećanja prema vašem partneru, kao put u pronalaženju veće Ijubavi i mogućnosti praštanja.

U dvanaestoj glavi ćete shvatiti zašto za Venerijanke dolaze teška vremena kada traže podršku od muškarca, isto kao što ćete vi-deti i zašto će muškarci najčešće pružiti otpor tom zahtevu. Naučićete kako će fraze poput "da U bi mogao" ili "hoćeš \i" jed-nostavno "isključiti" muškarca i kako da te fraze zamenite drugim rečima. Naučićete tajne ohrabivanja muškaraca da pruže više i

20

otkrićete različite načine kako da kratko i otvoreno kažete ono što vam treba, upotrebivši pravi rečnik.

U trinaestoj glavi ćete otkriti četiri godišnja doba Ijubavi. Ova realistička perspektiva o tome kako se Ijubav menja i raste, pomoći će vam u prevazilaženju neizbežnih prepreka koje se pojavljuju u svakoj vezi. Naučićete kako vaša sopstvena prošlost ili prošlost vaših roditelja može da utiče na vaše sadašnje odnose i steći ćete druga važna saznanja koja će vam omogućiti da magiju Ijubavi održite u životu.

U svakom poglavlju knjige *Muškarci su sa Marsa, Žene su sa Ve-nere* otkrićete nove tajne koje će vam pomoći u stvaranju dugotrajnih odnosa, ispunjenih Ijubavlju. Svako novo otkriće povećaće vašu spo-sobnost da ostvarite ispunjenu vezu.

DOBRE NAMERE NISU DOVOLUME

Magično je biti zaljubljen. Čovek se tad oseća beskrajno srećno kao da će Ijubav trajati zauvek. Obično naivno poverujemo da se razlikujemo od svojih roditelja ili okoline, da smo oslobođeni nespo-razuma koji dolaze kada Ijubav zgasne, uvereni smo da nam je suđeno da zauvek živimo u harmoniji i sreći.

Ali magija polako izvetri i svakodnevni život preuzme stvar u svoje ruke, odjednom iznikne činjenica da muškarac i dalje očekuje da žena razmišlja i reaguje kao muškarac, a žena očekuje da muškarac oseća i ponaša se kao žena. Bez jasnog poimanja naših različitosti nećemo ni stići da shvatimo jedno drugo. Postaćemo suviše zahtevni, uvredljivi, počecemo oštro da sudimo bivajući sve manje tolerantni.

I s najboljom željom da Ijubav potraje, ona će na naše oči početi da odumire. Problemi nadiru sa svih strana. Grade se zidovi odbo-jnosti. Komunikacija biva prekinuta. Nepoverenje raste. Počinju maltretiranja i odbacivanja. Magija Ijubavi nestaje.

Pitamo se:

Kako se to dogodilo?

Zašto se to dogodilo? i Zašto se to dogodilo baš nama?

Da bi dali odgovore na ova pitanja neki od najvećih umova čovečanstva smišljali su čitave filozofske i psihološke sisteme. Ali

21

stari obrazac nije prestao da se ponavlja. Ijubav umire. To se događa svakome.

Svakoga dana milioni usamijenih pojedinaca daju se u potragu za partnerom s kojim bi mogli da podele to slatko, Ijubavno osećanje. Svake godine, milioni parova sjedinjuju se u ljubavi i potom bolno rastaju jer su izgubili to dragoceno Ijubavno osećanje. Od onih koji uspeju Ijubav da održe dovoljno dugo da bi sklopili brak, polovina se ubrzo razvodi. Od onih koji ostaju zajedno, pretpostavljamo da najmanje polovina nije zadovoljna. Oni ostaju skupa usled vernosti, zbog obaveza ili straha od novog početka.

Zaista je veoma malibroj ljudi sposoban daživi iobogaćuje se u Ijubavi. Medutim, i to se događa. Kada su muškarci i žene u stanju da poštuju i prihvate međusobne razlike tada njihova Ijubav ima priliku da procveta.

Kada su muškarci i žene u stanju

da poštuju i prihvate međusobne razlike

tada njihova Ijubav ima priliku da procveta.

Shvatajući skrivene razlike suprotnog pola mi možemo daleko uspešnije da primamo i dajemo Ijubav koju gajimo u svojim srcima. Poklanjajući odgovarajuću pažnju i prihvatajući naše razlike možemo doći do prihvatljivih rešenja čak i onda kada možda ne do-bijemo baš ono što smo želeli. I što je najvažnije, možemo da naučimo kako da volimo i podržimo one do kojih nam je zaista stalo. Ijubav je zaista magična i ta magija može da potraje sarao ako uvek imamo na pameti razlike između muškaraca i žena.

GLAVA 2

GOSPODIN OPRAVIĆEMO TO I KUĆNI KOMITET ZA USAVRŠAVANJE

Najčešće izražena primedba, koju žene imaju o muškarcima je da oni ne slušaju šta one govore. Muškarac ili potpuno ignoriše razgovor koji žena pokušava s njim da vodi ili čim sasluša par reči od-mah shvati šta nju pritiska i muči, pa ponosito stavi na glavu kapu go-spodina Opravićemo To i ponudi joj rešenje ne bi H joj pomogao da se oseti bolje. On biva potpuno zbunjen ako ona ne ceni ovaj njegov vehkodušni gest Ijubavi. Uopšte nije važno koliko puta će mu ona reći da on nju uopšte ne sluša, jer on to nikako ne može da shvati pa će uvek nastaviti da čini istu stvar. Ona bi htela da on saoseća s njom, a on, pak, misli da ona traži gotova rešenja.

Najčešće izražena primedba koju muškarci imaju o ženama je da one njih neprestano pokušavaju da izmene. Kada je žena zalju-bljena u muškarca ona oseća odgovornost koju treba da preuzme tokom njegovog odrastanja i sazrevanja, pa iz sve snage pokušava da mu pomogne ne bi H on poboljšao način na koji se nosi sa svakodne-vicom. Ona tada formira Kućni Komitet za Usavršavanje, koji od-mah usredsredi svoje aktivnosti na njega. Bez obzira na to koliko se on opirao njenoj pomoći ona ne posustaje, čekajući zgodnu priliku da mu pomogne iU bar kaže šta da uradi. Ona misli da mu ugada i neguje ga, dok on oseća da je pod strogom kontrolom Kućnog Komiteta. Umesto toga, on bi želeo da ga ona prihvati onakvog kakav jeste.

Ova dva problema mogu konačno da se reše shvatajući pre svega zašto muškarci nude rešenja a žene teže ka neprestanom usavrša-

23

vanju. Pokušajmo zato da se vratimo unazad, posmatrajući život na Marsu i Veneri pre no što su njihovi stanovnici otkrih jedni druge i zajedno se preselili na Zemlju - tako ćemo pobhže moći da stek-nemo sliku o muškarcima i ženama.

ŽIVOI NAMARSU

Marsovci cene snagu, sposobnost, efikasnost i uspeh. Oni uvek rade stvari da bi se dokazah, povećah svoju snagu i usavrših veštine kojima vladaju. Njihovo poimanje samog sebe, određeno je kroz nji-hovu sposobnost da postignu odgovarajući rezultat. Oni se osećaju zadovoljni i potpuni prvenstveno kroz svoje uspehe i dostignuća.

Muškarčevo poimanje sebe određeno je kroz njego'VTi sposobnost postizanja odgovarajućih rezultata.

Sve je na Marsu odraz ovakvih vrednosti. Čak je i njihova odeća načinjena tako da pokaže njihove veštine i sposobnosti. Pohcajci, vo-jnici, biznismeni, naučnici, taksi vozači, tehničari, svi oni nose uni-forme ih bar kape ne bi h jasno dah do znanja kakvu veštinu i kohku snagu poseduju.

Oni ne čitaju magazine tipa Viva, DeČiji svet ih Bazar. Oni su mnogo više usmereni na aktivnosti pod vedrim nebom kao što su iov, pecanje ih reh vožnje. Oni su zainteresovani za vesti, vremensku prognozu i sport i uopšte ne mare za Ijubavne romane i knjige tipa "kako pomoći sebi".

Mnogo ih više interesuju pojave i stvari nego Ijudi i osećanja. Čak i danas, ovde na Zemlji - dok žene maštaju o slatkoj romansi, muškarci fantaziraju o jakim, moćnim koHma, bržim računarima, satelitskim antenama, video rekorderima, stereo sistemima i svim ostaUm čudima savremene tehnologije. Muškarci su preokupirani stvarima koje im mogu pomoći da iskažu svu svoju moć, postizujući željene rezultate i dostizujući upravo one ciljeve koje su sami sebi postaviliU.

Dostizanje ciljeva je veoma važno za Marsovca pošto je to način da pokaže kohko je sposoban, ujedno prihka da bude zadovoljan samim sobom. A da bi zaista bio zadovoljan sobom te ciljeve sam

24

mora da ostvari. Niko drugi ih ne može osvariti za njega. Marsovci su veoma ponosni što stvari rešavaju sami. Autonomija je simbol efi-kasnosti snage i sposobnosti.

Uvažavanje ove osobine Marsovaca može da pomogne ženama da shvate zašto se muškarci opiru da budu ispravljani u svojim nam-erama ili odbijaju da im se kaže šta da učine. Ponuditi muškarcu savet koji on nije tražio znači pretpostaviti da on ne zna šta da radi ili da to ne može da uradi sam. Muškarci su veoma osetljivi po ovom pi-tanju upravo zato što je njihova sposobnost za njih predmet od izu-zetnog značaja.

**Ponuditi muškarcu savet koji on nije tražio
znači pretpostaviti da on ne zna šta da radi
ili da to ne može da uradi sam**

Pošto se on samostalno brine o svojim problemima, Marsovac retko kad razgovara o njima - osim kada mu nije potreban kakav

stručan savet. On zaključuje: "Zašto bih u ovo mešao druge kad ionako sve mogu sam da uradim". On čuva svoje probleme isključivo sa sebe, osim kada mu neko drugi nije neophodan da ih reši. Tražiti pomoć u situaciji kada sve možeš da završiš sam, na Marsu je znak slabosti.

Međutim, ukoliko mu je zaista potrebna pomoć, on mora da postupi veoma mudro da bi je i dobio. U tom slučaju, naći će nekoga čije mišljenje poštuje i razgovaraće s njim o svojim teškoćama. Na Marsu iznositi javno svoju muku znači poziv za davanje saveta. Marsovci kome se obratio osećaću se veoma počastvovan ukazanom prilikom. On će istog trena na glavu staviti šešir gospodina Opravićemo To, saslušati mučenika, a potom ponuditi biserje svojih saveta.

Ovaj Marsovski običaj predstavlja jedan od razloga zašto muškarci instinktivno nude rešenja, dok im žene iznose svoje probleme. Dok žena nevinom dehom svoju zabrinutost i u naglas preživljava teškoće iskrskle tog dana, muškarac pogrešno zaključuje da ona zapravo traži stručnu pomoć. On po navici pruža ruku i uzima kapu gospodina Opravićemo To i počinje sa ozbiljnim savetima jer je to način kako on pokazuje svoju ljubav i želju da pomogne kad god je to moguće.

25

On rešava njene probleme jer hoće da pomogne kako bi se ona osećala bolje. On želi da joj bude od koristi. On oseća da bi raogao da bude veoma cenjen i vredan njene ljubavi kad su njegove mogućnosti iskorišćene u rešavanju njenih problema.

Pošto je on rešenje ponudio, a ona nastavila da priča osećajući se i dalje utučenom njemu je onda sve teže da je sluša zato jer je njegovo mišljenje glatko odbijeno i on se sad oseća beskorisnim.

Ne pada mu na pamet da bi slušajući pažljivo, uživajući se u problemu sa istinskim interesovanjem dao ženi podršku koja joj treba. On ne zna da na Veneri govoriti o svojim problemima ne znači poziv za nuđenje saveta.

ŽIVOT NA VENERI

Venerijanke imaju drugačiji sistem vrednosti. One cene ljubav, lepotu, odnose rađu ljudima, komunikacije. One provode puno vremena pomažući se međusobno, dajući podršku i ugađajući jedna drugoj. One sebe poimaju kroz svoja osećanja i kvalitet odnosa sa drugima. One se osećaju zadovoljne i potpune deleći svoja osećanja i ostvarujući veze s drugima.

One sebe poimaju kroz svoja osećanja i kvalitet odnosa sa drugima.

Sve je na Veneri odraz ovakvih vrednosti. Venerijanke su/mnogo više zainteresovane kako da žive skupa u slozi, čineći zajednicu koja je zasnovana na ljubavi više nego na potrebi da grade autoputeve i visoke zgrade. Odnosi s drugima mnogo su im važniji od rada i tehnologije. Njihov je svet u suprotnosti sa Marsom na mnogo različitih načina.

One ne nose uniforme kao što to čine Marsovci (da bi pokazali svoje moći). Nausprot tome, one uživaju da svakog dana budu drugačije odevene - u skladu sa svojim trenutnim osećanjima. Veoma im je važno izražavanje - posebno njihovih sopstvenih osećanja. One mogu i po nekoj puti da promene garderobu u toku dana, a sve u skladu sa promenama svog raspoloženja.

Komunikacije su od izuzetne važnosti. Podeliti intimna osećanja je mnogo važnije nego postići uspeh ili ostvariti cilj.

Razgovor i

26

produblivanje veza među Venerijankama izvor su izuzetnog zadovoljstva i ispunjenosti.

Ovo je muškarcu veoma teško da razume. On približno može da shvati o čemu se radi ako tu potrebu za deljenjem iskustava i produblivanjem veza uporedi sa zadovoljstvom koje on oseća kad postigne cilj ili reši problem koji ga muči danima.

Umesto da budu usmerene ka određenom cilju one su okrenute odnosima; one se trude da iskažu svoju dobrotu, ljubav i brigu. Dva Marsovca koja izadu na ručak razgovaraće o novom projektu ili o poslovnom poduhvatu. Uzgred, Marsovci vide odlazak u restoran kao izuzetno efikasan način obedovanja, pri čemu preskače kupovinu, pripremu hrane i pranje sudova. Za Venerijanke je odlazak na ručak dobra prihoda da gaje i neguju svoje odnose, dajući i primajući podršku od prijatelja. Ženski razgovori u restoranu mogu da budu veoma otvoreni i intimni, gotovo kao razgovor između terapeuta i pacijenta.

Na Veneri svi studiraju psihologiju i u najmanju ruku imaju diplomu poverljivog savetnika. One se veoma dobro razumeju u razvoj ličnosti, duhovnost i sve ostalo što potpomaže životu, zdravlju i radanju. Venera je prekrivena parkovima, baštama, tržnim centrima i restoranima.

Venerijanke su veoma intuitivne. Tu svoju moć razvile su vekovima predviđajući potrebe drugih. One su veoma ponosne na svoja promišljanja o potrebama i osećanjima drugih. Za njih je znak velike ljubavi ponuditi pomoć i saradnju drugoj Venerijanki, a da to nije čak ni zatraženo.

Pošto Venerijankama nije bitno dokazivanje sopstvenih sposobnosti, nuđenje pomoći ne smatra se napadnim, a potreba za njom nije znak slabosti. Međutim muškarac može da se oseti uvređenim jer kada ona počne da ga savetuje kako šta da uradi on to shvata kao izraz nepoverenja u njegove moći da sve izgura sam.

Žena nema predstavu o toj muškoj osetljivosti jer za nju je ponudena pomoć samo još jedno pero kojim ukrašava sopstveni šešir. Ona se oseća maženom i paženom. Ali ponuditi istu takvu pomoć muškarcu znači da ga možete naterati da sebe smatra nesposobnim, slabim, pa čak i nedovoljno voljenim.

Na Veneri je davanje saveta i sugestija znak pažnje. Venerijanke imaju čvrsto uvetenje da kada nešto radi kako treba uvek može da

27

radi i bolje. U njihovoj prirodi je želja da usavrše i poboljšaju stvari. Kad one vode računa o nekome, one slobodno ističu šta može biti usavršeno i daju sugestije kako to učiniti. Ponuditi dobronameran savet ih dati konstruktivnu kritiku predstavlja akt Ijubavi.

Mars je veoma razhčit. Marsovci su racionalniji. Njihov je moto da ako nešto radi kako treba - to ne treba menjati. Instinkt im kaže da ono što radi treba ostaviti na miru. "Ne opravljaj ako nije polo-mljeno", često može da se čuje na Marsu.

Kada žena pokušava da poboljša muškarcu on oseća da ona to zapravo hoće da ga opravi. On od nje prima poruku da je polomljen. Žena ne shvata da njeni brižljivi pokušaji da mu pomogne njega u stvari povređuju. Ona greškom misli da mu pomaže u razvoju.

ODUSTANITE OD DAVANJA SAVETA

Bez ovog uvida u prirodu muškaraca ženi će se veoma lako dogo-diti da bez zle namere, a usled neznanja uvredi i povredi čoveka ko-jeg najviše voli.

Na primer, Tom i Meri su krenuli na žurku. Tom je vozio. Pošto su dvadesetak minuta lutali po istom kraju postalo je jasno da su se izgubili. Na kraju je Meri predložila da Tom zatraži pomoć. Tom je odmah postao veoma čutljiv. Na kraju su nekako pronašli traženu adresu i stigli na žurku, ali napetost koja se stvorila tog trenutka po-trajala je čitavo veče. Meri nikako nije mogla da shvati zašto je on bio ioše raspoložen.

Iz njenog ugla ona je rekla: "Ja te volim i brinem se za tebe zato sam ti ponudila pomoć."

S njegove strane gledano on je bio povređen. Ono što je on čuo glasilo je: "Ne verujem. da nas ti možeš odvesti tamo kuda smo pošli. Tisinesposoban!"

Bez poznavanja života na Marsu, Meri nije mogla da shvati koliko je Tomu važno da cilj postigne sain, bez pomoći sa strane. Njen predlog bio je trenutna uvreda. Kao što smo to ranije videli Marsovci ne nude savete ako se to od njih izričito ne zatraži. Način da se iskaže poštovanje prema jednom Marsovcu je da se prihvati kako je on *uvek* u stanju da razreši trenutne probleme - sve dok on sam ne zatraži pomoć.

Meri nije bilo ni na kraj pameti da je upravo situacija u kojoj se Tom izgubio među nepoznatim blokovima zgrada, idealna da mu

28

ona pokaže svoju naklonost i svoju Ijubav. U tom času on je bio posebno povredljiv i bilo mu je potrebno malo više Ijubavi. Počastvovati ga ne davanjem predloga bilo bi jednako kao kad on njoj kupi cveće ili napiše Ijubavno pismo.

Nakon što je upoznata sa osobinama Marsovaca i Venerijanki, Meri je naučila kako da podrži Toma u takvim trenucima izazova. Sledeći put kada on nije mogao da pronađe traženu adresu, ona se uzdržala od davanja saveta, duboko uzdahnula i u sebi odala priznanje onome što je Tom pokušavao da učini za nju. Tom je u velikoj meri znao da ceni njenu toplinu i veru u njegove sposobnosti. Uopšteno govoreći, kada žena ponudi nepoželjan savet ili po-kuša da "pomogne" muškarcu, ona ni izdaleka nema predstavu ko-liko to njemu kritički i bezdušno može da zazvuči. Njegova reakcija može da bude žestoka, pogotovo ako su ga često korili i opominjali u detinjstvu ili je prisustvovao scenama kada je raajka kritikovala njegovog oca.

Uopšteno govoreći, itada žena ponudi nepoželjan savet ili pokuša da "pomogne" muškarcu, ona ni izdaleka nema predstavu koliko to njemu kritički bezdušno može da zazvuči.

Za mnoge muškarce, veoma je važno da dokažu kako oni mogu stići do cilja pa makar je to i banalna stvar kao što je pronaći mesto na kojem se održava žurka. Da ironija bude veća često će se dogoditi da će muškarac biti mnogo osetljiviji kada su u pitanju male stvari nego one velike. Njegova su osećanja ovakva: "Ako mi se ne može verovati sad, kad treba da pronađem jednu običnu zgradu, šta će biti kada nešto ozbiljno bude u pitanju?" Kao i njihovi marsovski preci, muškarci su ponosni na to što su specijalisti, posebno za opravke svih vrsta, snalaženje po gustu naseljenim mestima ih rešavanje razno-rodnih problema. To su trenuci kada su mu potrebni njena Ijubav i naklonost, a ponajmanje mu trebaju saveti i kritike.

VEŠTINA SLUŠANJA

Isto tako, ako muškarac ne shvati koliko je žena različita od njega, on može da pogorša trenutnu lošu situaciju upravo iz najbolje želje da ženi pomogne. Muškarci moraju da zapamte kako žene

29

govore o svojim teškoćama da bi postale bliskije, ne tražeći obavezno da budu iznađena rešenja za sve probleme.

Tako često žena ima želju samo da podeli svoja osećanja o pro-teklom danu, a njen muž, misleći da joj time pomaže, prekida je nudeći neprekidnu bujicu rešenja svih njenih problema. I uopšte mu nije jasno zašto ona nije zadovoljna.

Žena često ima želju samo da podeli svoja osećanja o proteklom

danu, a njen muz, misleći da joj time pomaže, prekida je nudeći neprekidnu bujicu rešenja svih njenih problema

Na primer, Meri doiazi kući posle veoma napornog dana. Ona hoće i potrebno joj je da podeli svoja osećanja nagomilana u toku dana. Ona kaže, "Toliko mnogo posla imam. I uopšte nemam vremena za samu sebe."

Tom odgovara, "Trebalo bi da napustiš taj posao. Uopšte ne moraš toliko da radiš. Bavi se nečim što voliš."

Meri kaže, "AJi ja volim svoj posao. Jedino što se od mene očekuje da sve promenim i sredim istog časa."

Tom će reći, "Uopšte nemoj da ih slušaš. Radi samo ono što možeš."

Meri odgovara, "Pa to i radim! Ne mogu da verujem, danas sam potpuno zaboravila da se javim tetki."

Tom kaže, "Ma ne brini se. Neće se ona ljutiti."

Meri će reći, "Znaš li ti uopšte kroz šta sve ona prolazi? Potrebna sam joj."

Tom odgovara, "Suviše se brineš draga moja, zato si tako nera-spoložena."

Meri besno kaže, "Ne, ja nisam uvek neraspoločena. Možeš li ti jednostavno da me saslušas.š?"

Tom odgovara, "Ja te i slušam"

Meri na kraju kaže, "Zašto li se ja uopšte zamajavam ovde s to-bom?"

Nakon ovog razgovora, Meri je u većoj meri razočarana nego kada je došla kući tražeći malo nežnosti i razumevanja. Tom je takođe razočaran i ne shvata zašto je sve krenulo naopako. On je isk-reno želeo da pomogne, aii njegova rešiti-problem taktika, nije uspela.

30

Bez poznavanja života na Veneri, Tom nije mogao da shvati ko-liko je važno samo slušati bez pokušaja da se ponude konačna rešenja. Njegova rešenja samo su pogoršala stvar. Vidite, Veneri-janke nikada ne nude gotova rešenja kada neko razgovara s njima. Način na koji Venerijanke iskazuju poštovanje jedna drugoj je pa-žljivo slušanje, uživljanje u tuđe probleme, istinsko razumevanje osećanja onoga koji govori.

Tomu nije jasno da bi i sarao pažljivo osluškivanje Merinih osećanja njoj donelo veliko olakšanje i zadovoljstvo. Ali kada je Tom saznao činjenice o životu na Veneri i koliko je Venerijankama potrebno da razgovaraju, on je postepeno naučio da sluša.

Sada kad Meri dođe umorna i iscrpljena njihov razgovor teče sasvim drugačije.

Ona kaže, "Toliko mnogo posla imam. I uopšte nemam vremena za samu sebe".

Tom duboko udiše, opušta se prilikom izdaha i kaže, "Hm, zvuči kao da si imala naporan dan."

Meri kaže, "Oni od mene očekuju da sve promenim i sredim is-tog časa. Prosto ne znam šta da radim!"

Tom napravi kratku pauzu i značajno promrmlja, "Hm,mmm."

Meri kaže, "Čak sam zaboravila da se javim tetki."

Tom uzvickne, blago izvijajući obrve' "Uuu, boga ti."

Meri će reći, "Sad sam joj jako potrebna. Krivo mi je što joj se nisam javila."

Tom će kazati, "Ti si tako divna, draga moja. Dođi ovamo da te zagrlim."

Tom je zagrlio Meri i ona se opustila u njegovom naručju uz dubok uzdah olakšanja. Ona tada kaže, "Volim da razgovaram s to-bom. Zaista me čini srećnom. Hvala ti što si me saslušao. Sada se osećam mnogo bolje."

Uz Meri se i Tom oseća bolje. On je zapanjen koliko je njegova žena srećnija pošto je on naučio kako da je saslušas. Sa ovom no-vostečenom svešću o njihovim razlikama, Tom je savladao veštinu slušanja bez nuđenja rešenja svih njenih problema, dok se Meri priklonila mudrosti prepuštanja stvari u njegove ruke bez davanja nepoželjnih saveta ili neprestanih kritika na njegov račun.

Sumirajmo dve najčešće greške koje činimo u našim međusob-nim odnosima:

31

1. Muškarac pokušava da promeni ženina osećanja kada je ona

neraspoločena, postajući gospodin Opravićemo To -nudeći rešenja njenih problema, a potcenjujući njena osećanja u isti mah.

2. Žena pokušava da promeni muškarčevo ponašanje kada on

napravi neku grešku, pretvarajući se u Kućni Komitet za Usavršavanje, koji nudi nepoželjne savete ih kritikuje muškarca.

U ODBRANU GOSPODINA "OPRAVIĆEMO TO" I "KUĆN06 KOMITETA ZA USAVRŠAVANJE"

Ukazujući na ove dve najveće greške ne misUm da je baš sve po-grešno u vezi gospodina Opravićemo To ih Kućnog Komiteta za Usavršavanje. To su u suštini veoma pozitivne osobine Marsovaca i Venerijanki. Problem je jedino u loše odabranom trenutku i nedo-voljno valjanom prilazu.

Žena u veUkoj meri poštuje gospodina "Opravićemo To" sve dok se on ne pojavi u času kada je ona neraspoločena.

Muškarci moraju da shvate da kada žene deluju umorno i razočarano, govoreći o teškoćama koje ih prate, nije vreme za nuđenje gotovih rešenja; umesto toga nju treba pažljivo saslušati i ona će se postepeno osećati bolje. Njoj nije potrebna opravka.

Muškarac, takođe, u vehkoj meri poštuje Kućni Komitet za Usavršavanje, sve dotle dok on traži da komitet deluje. Žene moraju da zapamte da ga nepoželjni saveti i kritike - posebno ako je on zaista napravio grešku - čine da se oseća nevoljenim i strogo kontrolisanim. Njemu je potrebno njeno prihvatanje mnogo više nego njen savet na osnovu kojeg bi on trebalo da uči na sopstvenim greškama. Kada muškarac oseti da žena nema želju da ga poboljšas mnogo lakše će

potražiti njeno mišljenje i savet.

Kada partner odbojno reaguje verovatno je u pitanju loše odabran trenutak ili nedovoljno valjan prilaz.

Prihvatanje ovih razlika olakšava nam da shvatimo ko iko je naš partner osetljiv i omogućava nam da mu pružimo podršku. Povrh

32

toga mi možemo da prepoznamo i kada je naš partner odbojan jer smo odabrah pogrešno vreme ih pogrešan pristup. Pogledajmo to sad nešto detaljnije.

KADA JE ŽENA ODBOJNA PREMA MUŠKARČEVIM REŠENJIMA

Kada žena odbija da prihvati muškarčeva rešenja njenih problema on odmah smatra da su njegovi kvahteti dovedeni u pitanje. Kao rezultat toga u njemu narasta osećanje da žena u njega nema poverenja, ne prihvata ga i ne vodi više računa o njemu. Njegova spremnost za slušanjem naglo opada.

Držeći uvek u pameti da su žene sa Venere, muškarci u tom trenutku mogu da shvate zašto su žene odbojne prema njima. On može da shvati kako verovatno nudi gotova rešenja dok je njoj potrebno da se uživi u njen problem i brine o njoj.

Evo nekoliko kratkih primera koji pokazuju kako muškarac može pogrešno da proceni i povredi ženina osećanja ili ponudi nepotrebna rešenja. Pogledajte i sami da li možete da otkrijete zašto će žena u ovim slučajevima postati odbojna:

1. "Ne treba toliko da brineš"
2. "Ali, to nije ono što sam ja rekao."
3. "Nije to baš tako važno."
4. "Dobro, izvini. A možemo li sad sve to da zaboravimo."
5. "A što to, jednostavno, ne uradiš?"
6. "Pa zar ovo nije razgovor?"
7. "Ne treba da se vređaš, nisam tako mislio."
8. "I šta ti pokušavaš time da kažeš?"
9. "Ma ne treba tako da se osećaš zbog toga."
10. "Kako to možeš da kažeš? Prošle nedelje sam čitav dan proveo s tobom, i baš nam je bilo lepo."
11. "U redu, zaboravi to što sam rekao."
12. "Dobro, srediću podrum ako će to da te učini srećnom."
13. "Vidi, evo šta ti onda treba da uradiš."
14. "Gledaj, tu, bogami, ništa ne može da se učini."
15. "Ako se toliko mučiš i žališ zbog toga što radiš onda nemoj ni da ga radiš."
16. "A zašto dopuštaš da se ljudi prema tebi tako ponašaju. Zaboravi ih."

33

17. "Ako ti nisi zadovoljna onda daj da se razvedemo."
18. "Nema problema, odsad ćeš ti to da radiš."
19. "Od sad ja preuzimam stvari u svoje ruke."
20. "Naravno da brinem o tebi. To što kažeš je glupost."
21. "Hoćeš li preći na stvar?"
22. "Sve što treba da uradimo je..."
23. "To nije sve što se dogodilo."

Svaka od ovih izjava usmerena je tako da jednim pokretom zbrise ili pokuša da razjasni njeno loše raspoloženje, često nudeći u isti mah tog trenutka iskonstruisana rešenja koja će njena negativna osećanja prevesti u pozitivna. Prvi korak koji muškarac može da učini je da prestane s ovakvim komentarima (ovu temu detaljnije ćemo obraditi u 5. poglavlju). Vrhunac napredak za muškarca je da pokuša da sasluša ženu bez potcenjivačkih komentara i bespotrebnih rešenja.

Jasno shvatajući da je odbijen zbog vremena i načina, a ne zbog svojih zaključaka i rešenja, muškarac će mnogo lakše shvatiti ženskost odbojnosti i nemar u pojedinim trenucima. Neće je primati toliko hčno. Učeci kako da sasluša ženu - muškarac će iskusiti da će ga ona više ceniti i poštovati, čak ako je u početku zbog njega samog bila neraspoložena.

KADAMUŠKARACODBIJA KOMITET ZA KUĆKO USVRŠAVANJE

Kada muškarac glatko odbije ženine mnogobrojne sugestije ona oseća da on ni malo ne mari za nju; oseća da se ne vodi dovoljna briga o njenim težanjama i potrebama. Kao rezultat toga žena se, potpuno razumljivo, oseća kao da je bez ikakve podrške u svojim nastojanjima i postepeno prestaje da veruje u muškarca.

U tim trenucima, držeći uvek u pameti da su muškarci s Marsa, ona uvek može ispravno da shvati zašto je naišla na zid. Zaključite da mu je verovatno ponudila savet koji on nije tražio, ih ga je čak i kritikovala umesto da jednostavno podeli s njim svoje želje, razmeni informacije ih čak iznese svoje zahteve.

Evo nekoliko kratkih primera kako žena može nenamerno da rasrdi muškarca gradeći visoke bedeme njegovog otpora i ozlojeđenosti. U nekim izjavama savet i kritika bivaju vešto prikriveni.

Pogledajte da ii ćete moći i sami da otkrijete zašto on možda se oseća kao da je pod strogom kontrolom:

1. "Kako možeš i da pomisliš baš taj da kupiš kad već imaš jedan isti takav?"
2. "Sudovi su ti ostali mokri. Moraš polako krpom da ih osušiš."
3. "Zar ti se ne čini da ti je kosa suviše porasla?"
4. "Eno ti ga tamo mesto za parkiranje, idi okolo molim te pa se parkiraj."
5. "Ti bi da izađeš sa drugovima, a šta je sa mnom, kada ćemo mi da izademo skupa?"
6. "Ne bi trebalo toliko da radiš. Zašto se ne odmoriš jedan dan."
7. "Nemoj to da stavljaš tamo. Izgubiće se."
9. "Trebalo bi da pozoveš vodoinstalatera. On će sigurno znati šta da uradi."
8. "Što sad moramo da čekamo na sto. Zar nisi rezervisao?"
10. "Trebalo bi da provodiš više vremena sa decom. Uželega su te se."
11. "Kancelarija ti je u haosu. Kako uopšte možeš da misliš u ovakvom svinjcu? Kada ćeš da je očistiš?"
12. "Opet si to zaboravio da doneseš kući. Zašto ga ne staviš na neko posebno mesto gde će ti uvek biti pred očima."
13. "Suviše brzo voziš. Uspori da te zaustave i naplate ti kaznu."
14. "Sledeći put kada me budeš vodio u bioskop, moram te, bar vidi o čemu se radi."
15. "Nisam znala gde si." (Trebalo je da se javiš.)
16. "Neko je pio iz flaše, a ne znam čemu služe ove čaše gore?"
17. "Ne jedi prstima. Daješ loš primer deci."
18. "Pomfri je suviše masan. To ti nije dobro za srce."
19. "Ne ostavljaš dovoljno vremena za samog sebe."
20. "Trebalo je ranije da mi kažeš. Ne mogu sad sve da ostavim i da odem sa tobom na ručak."
21. "Ne slaže ti se košulja sa pantalonama."
22. "Bil te je zvao već treći put. Hoćeš li ti konačno da mu se javiš ili ne?"
23. "Kutija sa alatom ti je u potpunom haosu. Ništa ne mogu da pronadem. Hoćeš li ti da je središ jednog dana?"

Kada žena ne zna kako direktno da zatraži pomoć i podršku od muškaraca (glava 12) ili da ude u konstruktivnu razmenu mišljenja s njim (glava 9) ona može da vidi jedini način za ostvarenje svojih htenja upravo u davanju nepoželjnih saveta ih kritici na muškarčev račun (kasnije ćemo ovu temu i detaljnije obraditi). Naučiti kako da muškarac bude prihvaćen bez davanja saveta ih neprestanih kritika, predstavlja veliki korak napred u međusobnim odnosima.

Jasno shvatajući da on ne odbija njene težnje i potrebe već način na koji mu ih saopštava, ona neće ovo odbacivanje shvatiti kao ličnu uvredu i pokušavaće da pronade pogodnije načine da izrazi svoja htenja. Shvatiće postepeno da je muškarac spreman na svoje usavršavanje kada oseti da mu žena prilazi kao da je upravo on rešenje problema, a ne sam problem.

Muškarac je spreman na svoje usavršavanje kada oseti da mu žena prilazi kao da je upravo on rešenje problema, a ne sam problem.

Ako ste žena, predlažem da čitave sledeće nedelje vežbate uz-državanje od davanja *bilo kakvih* saveta iU kritika. Muškarci ne samo da će umeti da cene taj Vaš napor već će biti mnogo pažljiviji i otvoreniji prema Vama.

Ako ste muškarac, predlažem da čitave sledeće nedelje vežbate kako da saslušate ženu i to *kad god* ona priča, s iskrenom namerom da se uživite i zaista shvatite kroz šta ona prolazi. Praktikujućte da se ujedete za jezik svaki put kada dođete u iskušenje da joj ponudite neko od svojih gotovih rešenja ih hoćete da joj promenite ra-spoloženje. Bićete iznenađeni koliko će žena umeti da ceni takav Vaš stav.

Glava 3

MUŠKARCI IDU SVOJE PEĆINE A ŽENJ PRIČAJU

Jedna od najvećih razlika između žena i muškaraca je u načinu na koji oni izlaze na kraj sa stresom. Muškarci postaju izrazito kon-centrisani na problem i povlače se u sebe dok se žene osećaju skrhanu i utučeno, duboko se uplićući u emotivno. U tom času muškarac ima drugačije potrebe od žene. On se oseća bolje rešavajući nagomilane teškoće, a za nju

je važno da o svojim teškoćama razgovara. Neshvatanje i neprihvatanje ove razhke vodi do nepotrebnih trvenja u našim odnosima.

Pogledajmo jedan uobičajeni primer:

Kada je Tom došao kući želeo je da se odmori i opusti čitajući novine. Bio je duboko neraspoložen, ne uspevaajući da razreši probleme koji su se nagomilali. U tog dana, prona-lazeći u isti mah olakšanje u tome da probleme zaboravi Njegova žena, Meri, takođe je želela da se odmori od stresnog dana, punog napora. Ona je, međutim, želela o svojim problemima da porazgovara sa njim. Napetost koja je među njima rasla uskoro je postala veoma neprijatna. Tom je u potaji mislio kako Meri suviše priča, a ona se osećala zapostavljenom. Bez shvatanja njihovih razhka ra-skol među njima bivaće sve veći.

Verovatno možete da prepoznate ovu situaciju jer je to samo je-dan od mnogih slučajeva kada se muškarac i žena ne slažu. Ovo nije problem za Toma i Meri već je on prisutan u gotovo svakoj vezi.

37

Rešavanje njihovog problema zavisi od toga koliko vole jedno drugo, ali i od toga koliko razumeju suprotan pol. Ukoliko ne shvati da žene zaista imaju potrebu da razgovaraju o svojim problemima, Tom će misliti da Meri suviše priča i imaće ot-por prema tome da je sasluša. Bez razumevanja činjenice da će Tomu čitanje novina pomoći da se bolje oseća, Meri će biti uverena da on ne obraća pažnju na nju i osećaće se odbačenom. Ona će nastavi sa pokušajima da ga privoli na razgovor koji on ne želi.

Ove razlike mogu biti prevaziđene shvatajući pre svega kako se muškarci i žene bore sa stresom. Pogledajmo ponovo život na Marsu i Veneri i bacimo pogled na neke skrivene detalje iz života njihovih stanovnika.

BORBA SA STRESOM NA MARSU I VENERI

Kada je Marsovac neraspoložen on nikada neće reći šta ga, za-pravo, muči. Nikada neće opterećivati drugog Marsovca svojim problemima sve dotle dok mu drugarska pomoć ne bude neophodna da bi problem rešio. Umesto da priča uokolo postaće veoma osetljiv, otići će u svoju privatnu pećinu da razmisli o mucu koja ga je snašla, lupajući glavu kako da stvari izvede na čistac. Kad, najzad, bude pronašao rešenje, on će se osećati mnogo bolje i izaći će iz svoje pećine među ostale Marsovece.

Ukoliko mu silno mozganje ništa ne pomogne, gledaće da sve za-boravi, siušajući vesti ili igrajući karte sa svojom sabraćom. Skre-nuvši pažnju sa gorućih problema Marsovac uspeva postepeno da se odmori i osveži. Ako je, pak, stres zaista velik, Marsovac je u stanju da se opredeli i za veće izazove kao što su trke, takmičenja ili alpini-zam, ne bi h zaboravio ono što ga muči.

Da bi se osećali bolje Marsovci idu u svoje pećine gde u samoći, na miru, rešavaju svoje probleme

Kada je Venerijanka neraspoložena, pritisnuta gomilom problema izniklih tog dana, ona će izaći napolje ne bi li našla neku osobu od poverenja kojoj će detaljno, do sitnica ispričati šta joj se dogada. Kada Venerijanke podele osećanja koja ih u tom trenutku

38

obuzimaju, one se iznenada osećaju mnogo bolje. To je tipično Veneri-janski način borbe sa stresom.

Da bi se osećale bolje Venerijanke se nađu i otvoreno razgovaraju o svojim problemima

Podeliti svoju muku s nekim drugim na Veneri se smatra znakom Ijubavi i poverenja - to nije opterećenje za sagovornika. Njihov ego ne zavisi od pojma "biti sposoban" već se oslanja na odnose uzajamne Ijubavi. One otvoreno dele svoja osećanja teskobe, zbuñjenosti, beznada i iscrpljenosti.

Venerijanka se dobro oseća kada ima dragog prijatelja s kojim može podeliti svoje probleme i osećanja. Marsovcu predstavlja za-dovoljstvo kada probleme reši nasamo u svojoj pećini. Tajne o tome šta je kome potrebno da bi se osećao bolje važe još i danas.

PRONAĆIOLAKŠANJE U PEĆINI

Kada je muškarac pod stresom povući će se u svoju pećinu i usredsrediće sve svoje umne snage na probleme koji ga opterećuju. Obično će odabrati gorući problem ili onaj koji se može smatrati najtežim. On toliko postaje usmeren na rešavanje dotičnog prob-leva da ne primećuje šta se oko njega dogada. Drugi problemi i odgovornosti koje on tad ima ostaju u pozadini.

U tim trenucima muškarac postaje dalek, zaboravan, ne odgo-vara na pitanja, i preokupiran je svojim sopstvenim razmišljanjima. Na primer, kada žena kod kuće razgovara s njim, čini se kao da je samo 5 odsto njegovog uma prisutno u razgovoru dok ostalih 95 od-sto radi za svoj račun.

On jednostavno nije tu jer je zaokupljen problemom koji rešava. Stojevišepodstresomtojeinjegovaodsutnostizraženija. U tim tre-nucima on nije sposoban da ženi pruži pažnju koju joj inače pruža i koju ona zaslužuje. Njegov um je preokupiran jednim jednim po-slom i on toga ne može da se oslobodi. Međutim ako uspe da pronade odgovarajuće rešenje, istog časa

će se osetiti bolje i izaći će iz svoje pećine; iznenada, on j'e ponovo sposoban i spreman za za-jednički život.

39

Ali, ako ne može da iznađe odgovarajuća rešenja on će se još više zaglibiti u svoju pećinu. Da bi izašao iz tog mrklog mraka pokušaće da se prebaci na neke manje važne aktivnosti kao što su čitanje no-vina, gledanje televizije, vožnja kolima, fizičke vežbe, odlazak na fudbal, igranje košarke i tako dalje. Svaki izazov koji ne zahteva više od pet odsto njegovih umnih kapaciteta dobra mu je prihka da se izvuče iz blatista svoje pećine, zaboravljajući na kratko sve ono što ga muči. Sledećeg dana ponovo će moći da usmeri svu svoju pažnju na gorući problem i to sa većim uspehom nego pre. Pogledajmo nekohko detaljnijih primera. Džim često čita no-vine da bi zaboravio na probleme koji ga opterećuju. Kad pročita no-vine nije više suočen sa neprilikama koje su ga spopale u toku dana. Koristeći svega pet odsto svojeg umana vesti iz novina on počinje da obhkuje stavove i mišljenja o teškoćama u čitavom svetu. Postepeno on sve više počinje da se uživljava u problematiku naznačenu u ves-tima, zaboravljajući istovremeno na sopstvenu muku. Na taj način on preusmerava pažnju sa svojih problema na šire, opšte probleme (za koje on ne snosi punu odgovornost). Ovaj proces ga oslobada na-gomilanih opterećenja i omogućava mu da se ponovo posveti ženi i porodici.

Tom gieda fudbai upravo zato da bi se opustio i oslobodio stresa. On prestaje sa uzaludnim pokušajima da razreši svoje probleme uživljavajući se u teškoće tima za koji navija. Prateći sportske događaje on ima doživljalj kako s uspehom može da razreši neprilike u svakom meču. Kada njegov tim postigne pogodak ili pobedi on uživa u osećanju uspeha. Kada njegovi ljubimci izgube on njihov poraz prima kao svoj. U svakom slučaju oslobada se čvrstog stiska realnih teškoća koje ga opsedaju.

Za Toma i mnoge druge muškarce, to neizbežno opuštanje koje doživljavaju tokom posmatranja nekog sportskog događaja, slušanja vesti ili gledanja filma omogućava opuštanje od napetosti koju osećaju u stvarnom životu.

Kako žene reaguju no pećinu

Kada se muškaraczaglibi u pećini on više nije sposoban da svojoj partnerki pruži onaj kvahtet pažnje koji ona zaslužuje. Njoj to teško pada jer ne shvata pod kakvim je on pritiskom. Kad bi došao kući i s

40

vrata počeo da govori o svojim problemima njoj bi to bilo imu)g(> i ;i zumljivije. Umesto toga on ćuti, ne progovara ni reč i ona se odniali oseća odbačenom. Ona ne pomišlja da je on neraspoložen, već sasvim pogrešno pretpostavlja da mu nije stalo do nje zato što joj se uopšte ne obraća.

Uopšteno govoreći žene ne shvataju kako Marsovci izlaze na kraj sa stresom. One očekuju da se muškarac otvori i raspriča kao što to čine Venerijanke. Žena se vređa što se muškarac ne okreće njoj već se zabije u svoju pustu pećinu. Ona biva povređena kada on ode da igra fudbal s prijateljima ili gleda vesti na svim kanalima, potpuno je ignorišući.

Očekivati da Muškarac zaglibljen duboko u svojoj pećini odjed-nom postane otvoren, srdačan i ljubak poprilično je nerealno kao što je nerealno da se neraspoločena žena u jednom trenu potpuno smiri i prizove zdravoj pameti. Pogrešno je očekivati da će muškarac uvek biti sposoban da pokaže svoja osećanja ljubavi i naklonosti kao što je pogrešno zahtevati od žene da uvek bude racionaina i logična.

Kada Marsovci odlaze u svoje pećine oni pokušavaju da zabo-rave kako i njihovi bHžnji, takođe, imaju iste probleme. Nagon im govori da pre nego što priskoće nekom drugom u pomoć prvo moraju da se pobrinu sami za sebe. Kada žena vidi da muškarac reaguje na taj način ona obično biva odbojna i ozlojedena.

Ona može da zatraži njegovu podršku u poprilično naredbodav-nom tonu, kao da mora da se bori za svoja prava s tim nebrižnim muškarcem kraj sebe. Prisetivši se da su muškarci sa Marsa, žena može ispravno da protumači muškarčevu reakciju na stres kao njegov odbrambeni mehanizam, a ne izraz njegovih osećanja prema njoj. Ona može početi da saraduje s njim ne bi h dobila ono što hoće umesto da mu se suprotstavlja.

Na drugoj strani muškarci nisu ni svesni koHko postaju daleki i hladni kada su u svojoj pećini. Ukohko muškarac prihvati da njegovo povlačenje u pećinu može da ima uticaja na ženu on može da ima ra-zumevanja za to što se ona oseća nevažno i odbačeno. Prisećanje da su žene sa Venere pomoći će mu da ima obzira prema njenim reakci-jama i osećanjima. Bez vaijanog shvatanja njenih reakcija muška-rac se obično brani i oni započinju dugi niz svađa. Evo nekoHko ubičajenih nesporazuma:

41

1. Kada ona kaže, "Pa ti mene uopšte ne slušaš", on odgo-vori, "Ama, nije tačno da ne slušam. Od reči do reči mogu da ponovim št^ si mi rekla."

Kada je muškarac u pećini on i sa 5 odsto svojeg uma, koji sluša, može da registruje šta žena govori. Muškarac smatra da ukoliko sluša sa pet odsto pažnje onda on zaista i sluša. Međutim, ono što žena zahteva je puna, nepo-deljena pažnja.

2. Kada ona kaže "Osećam se kao da ti uopšte nisi ovde," on odgovara "Kako misliš da nisam ovde. Vidi koliki sam!"

On zaključuje da ako je njegovo telo prisutno ona ne treba da kaže kako on nije tu. Međutim i pored njegove im-pozantne pojave, žena ne oseća njegovo potpuno pri-sustvo i to je ono na šta ona misli.

3. Kada ona kaže "Ti uopšte ne brineš o meni," on odgovara "Naravno da brinem o tebi. Zašto misliš da bi inače po-kušavao da se izborim s ovim?"

On misli da zato što je zaokupljen problemom od čijeg će rešenja i ona imati koristi, treba podrazumevati da on brine za nju. Međutim njoj je potrebna njegova neposredna pažnja i to je ono što ona u ovom slučaju zaista traži od njega.

4. Kada ona kaže "Cini mi se da sam ti ja na poslednjem mestu," on odgovara "To je smešno. Ti si mi važnija od bilo čega

drugog."

On misli da su njena osećanja neodgovarajuća jer će ona imati velike koristi od njegove trenutne preokupacije. On ne shvata da će njegovo usredsređivanje na jedan problem uz zanemarivanje svih ostalih kojima je ona opterećena, gotovo kod svake žene izazvati da se oseća nevažnom.

5. Kada ona kaže "Ti si potpuno bezosećajan. Dovoljan si sam sebi," on odgovara "A šta sad treba da radim? Kako ti misliš da ja rešim ovaj problem?"

On smatra da je ona suviše kritična prema njemu i pre-više traži od njega jer on čini samo ono što je neophodno da bi razrešio teškoće koje ga opterećuju. On se oseća

42

neprihvaćenim, a ne vidi pravu snagu njenih osećanja. Muškarci uopšte ne mogu da pojme koliko jako i brzo od tih, osećajnih sagovornika mogu da postanu ćutljivi, daleki namćori. Muškarac je u svojoj pećini preokupiran rešavanjem svojih problema, potpuno nesvestan koliko njegov ledeni odnos prema drugima može te druge da povredi.

Da bi poboljšali svoje odnose muškarci i žene moraju više i bolje da shvate jedni druge. Kada muškarac počne da zanemaruje ženu, ona to često shvata krajnje Hćno. Saznanje da se on nosi sa stresom na svoj, poseban, način njoj može da bude od izuzetne pomoći ali ne znači da će uvek pomoći da izbegne bol.

U tim trenutcima ona može da oseti potrebu da s nekim porazgovara o tome. Ovo je situacija u kojoj je veoma važno da muškarac praviino proceni njena osećanja. On mora da shvati kako ona ima prava da razgovara o svojem osećanju odbaćenosti i zanemarenosti kao što on ima prava da se povuče u pećinu i ne govori ni sa kim. Ako se ona oseća neshvaćenom njoj je veoma teško da se oslobodi bola koji je pritiska.

OLAKŠANJE KROZ RAZGOVOR

Kada je žena pod stresom ona nagonski oseća potrebu da govori o svojim osećanjima i svim mogućim teškoćama koje su u vezi s njenim osećanjima. Kada započinje razgovor ona ni jednom od svojih problema ne daje prvenstvo po važnosti. Ako je nera-spoložena ona se tako oseća zbog svega što je pritiska. Žena nije odmah zaokupljena rešavanjem svojih problema, već traži olakšanje izražavajući svoj bol, pri čemu nailazi na razumevanje s druge strane. Govoreći nasumice o svemu što je mući ona biva manje nera-spoložena.

Žena nije odmah zaokupljena rešavanjem svojih problema, već traži olakšanje izražavajući svoj bol, pri čemu nailazi na razumevanje s druge strane.

43

Kao što muškarac pod stresom pokušava da se usredsredi na jedan problem i zaboravi sve ostale, žena dopušta da je svi njeni problemi naprosto preplave. Razgovarajući o svim nedaćama koje su je snašle bez pokušaja da se bilo koji problem trenutno razreši žena se oseća mnogo bolje. Upravo kroz iznalaženje svojih sopstvenih osećanja u ovom procesu, ona stiće jasniju predstavu o tome šta je zaista mući i iznenada prestaje da biva utućena.

Da bi se osećale bolje žene razgovaraju o teškoćama iz prošlosti, predviđaju nedaće koje ih čekaju u budućnosti, razmatraju potencijalne probleme, a često diskutuju i o onima koji se ne mogu rešiti. Što više govore i iznalaze to se bolje osećaju. To je način na koji žene de-luju. Očekivati od njih nešto drugo znači poricati njihovu sopstvenu prirodu.

Kada je žena utućena ona pronalazi olakšanje u veoma detaljnom i iscrpnom razgovoru o svim mogućim problemima koji su je snašli. Ukoliko oseti da je neko sluša s dostojnom pažnjom, njen stres polako nestaje. Govoreći o jednoj temi ona će nakon kratke pauze odmah preći na drugu. Na taj način žena proširuje razgovor govoreći o svojim problemima, brigama i razočaranjima. Ove teme ne moraju da se nižu u nekakvom iogićkom rasporedu, niti moraju da imaju direktne veze jedna s drugom. Ukoliko oseti da i pored svega ostaje neshvaćena, ona može da produbi svest o teškoćama i da postane još više neraspoložena uvećanim problemima koji je okružuju.

Kao što su muškarcu, zaglavljenom u pećini potrebni manji problemi da ga odvedu od onog glavnog, tako je i ženi koja oseća da niko ne razume njen gorući problem potrebno da govori o manjim teškoćama, koje i nisu toliko bitne. Da bi zaboravila na sopstvena, bolna osećanja u stanju je duboko da se uživi u probleme drugih. Pretpostavlja da će joj možda biti lakše ako razmatra nevolje svojih prijatelja, roćaka i kolega. Bilo da razgovara o svojim lićnim problemima ili o problemima drugih, taj razgovor predstavlja prirodan i zdrav način na koji Venerijanke reaguju na stres.

Da bi zaboravila na sopstvena, bolna osećanja **žena je u stanju da se duboko uživi u probleme drugih**

44

Kako muškarci reaguju kada je ženama potrebno da razgovaraju

Muškarci obićno pružaju otpor kada žene s njima počnu da razgovaraju o svojim problemima. Muškarac pretpostavlja da mu ona iznosi svoje teškoće zato što ga smatra odgovornim za njih. Što više problema, to se on više oseća krivim. On ne shvata da ona razgovara da bi se osećala bolje. Muškarac ne može da pojmi koliko će ona ceniti ukoľko je on samo pažljivo sasluša.

Marsovci svoju muku iznose u javnost samo iz dva razloga: krive nekoga ili traže savet. Ako je žena zaista duboko neraspoložena on pomišlja da ga ona optužuje zbog toga. Ako je njeno neraspoloženje manje vidljivo on onda pretpostavlja da žena od njega traži savet kako da se nosi sa nedaćama.

Ako on pretpostavi da žena traži savet, odmah će staviti kapu go-spodina Opravićemo To ne bi li na brzinu smisho neko rešenje. Ako iz njenih reći shvati kako ga ona optužuje izvaćiće mać iz korica ne bi li se odbranio od napada. U oba slućaja veoma brzo će mu biti teško da je sasluša do kraja.

Ako joj on ponudi par rešenja ona će izaći na sto s novim prob-lemima. A on je taman očekivao da će ta dva tri rešenja doprineti da se ona oseća mnogo bolje. Marsovci se bar osećaju bolje kad pronađu odgovarajuća rešenja ili dobiju valjan savet koji su i tražili. Međutim, kada žena ne promeni raspoloženje i pored njihovog truda oni osećaju kako se njegovi napori ne cene dovoljno ili se ne cene uopšte.

U drugu ruku, ako se oseti napadnutim, on grčevito počinje da se brani. Misli da će ona prestati da ga optužuje ako on uspe da joj se opravda. Međutim, što se on više brani to ona postaje nesrećnija. On ne shvata da objašnjenja i pravdanja nisu ono što joj treba. Njoj je potrebno da muškarac prihvati njena osećanja i dopusti joj da pred njega iznese sav svoj bol. Ukoliko je muškarac dovoljno mudar i strpljivo sasluša ženine žalopojke na njegov račun videće da će ona ubrzo preći na nešto drugo i nastaviti da se žali.

Muškarci posebno bivaju frustrirani kada žene govore o te-škoćama koje oni ne mogu da razreše. Na primer kada je žena pod stresom ona može da se požali:

45

"Nisu mi dali dovoljno vehku platu."

"Mojatetka Verajesvebolesnijaibolesnija, svake godine joj je sve gore."

"Jednostavno, stan nam je mali."

"Kakva suša! Bože, kada h će da padne kiša."

"Mnogo nam je vehki minus u banci."

Žena može da kaže bilo šta od gore navedenog kao način da izrazi svoje brige, strahovanja i razočarenja. Ona verovatno zna da se ne može puno uraditi na rešenju ovih problema ah da bi pronašla olakšanje ona oseća potrebu bar da razgovara o njima. Ona oseća podršku ako se njenog sagovornika tiču njene frustracije i razo-čarenja. Ah ona može i da razočara svog partnera ukoliko ovaj ne shvati da ona jedino želi da porazgvaraju jer će se ona nakon toga mnogo bolje osećati. Uz to, muškarci postaju veoma nestrpljivi kada žene počnu da pričaju o svojim problemima do najsitnijeg detalja. Oni pogrešno zaključuju da žena detaljiše jer su svi ti detalji potrebni da bi on uspeo da iznađe rešenje njenog problema. On se bori da razdvoji važne čin-jenice od nevažnih i samim tim postaje veoma nestrpljiv. Opet, on ne uspeva da pojmi kako ona ne traži gotova rešenja već njegovu brigu i razumevanje.

Muškarcu je slušanje otežano i pogrešnim zaključkom da ne postoji logično opravdanje za njene nasumične skokove s jedne problematike na drugu. Pošto ona podeli s njim par stvari koje je pri-tiskaju on postaje izuzetno frustriran i haotičan pokušavajući da poveže sve te njene probleme.

Još jedan razlog što muškarci imaju otpor prema razgovoru je to što oni uvek žele da vide krajnji rezultat tog razgovora. On ne može da pronađe rešenje ako mu nije jasno šta ona žeh da postigne. A što više detalja ona daje on postaje sve više obeshrabren. Njegov očaj može da se ublaži ukohko on primi k znanju da ona uvehko ima koristi i od samog navođenja detalja. Ukoiki shvati da njoj to de-taljisanje služi da bi se osetila bolje i on sam može da se opusti. Jer kao što je muškarac ispunio cilj kada kroz more zamršenih detalja stigne do rešenja problema, žena je ispunjena pretresajući do u de-talj problem koji je muči.

46

Ono što žena može da učini ne bi h olakšala muškarcu da je sa-slušaju jeste da unapred saopšti šta uistinu hoće da kaže, pa da se, nak-nadno, vrati na pojedine detalje. Tako će izbeći da ga drži u neizves-nosti. Međutim, žene često uživaju upravo u tome da povećaju neiz-vesnosti svoje priče, jer se time unosi više strasti u sam ragovor. Druga žena svakako poštuje ovaj manir ah se muškarac lako može osetiti frustriranim.

Kao što je muškarac ispunio cilj kada kroz more zamršenih detalja stigne do rešenja problema, žena je ispunjena pretresajući do u detalj problem koji je muči.

Nivo do kojeg muškarac ne razume ženu je onaj nivo na kojem on odbija da je sasluša dok mu se žah. Što više muškarac otkriva kako da zadovolji ženine emotivne potrebe to on lakše uspeva da je sa-slušaju dok mu ona izlaže svoje zebnje i strahove. Važno je da žena podseti muškarca kako ona žeh samo da razgovara o svojim prob-lemima i da on ne mora da reši ni jedan od njih - što će muškarcu svakako pomoći da se opusti i sasluša je.

KAKO MARSOVCII VENERIJANKE MOGU DA SKLOPE PRIMIRJE

Marsovci i Venerijanke žive skupa u miru i slozi zato što su u stanju da otkriju i prihvate svoje razhke, Marsovci su naučiii da poštuju potrebu Venerijanki da razgovaraju o svojim problemima ne bi li se osetile bolje. Čak iako nema šta da joj kaže Marsovac je naučio da joj može pružiti dovoljno podrške slušajući je. Veneri-janke su naučile da poštuju potrebu Marsovaca da se povuku ne bi li se izborih sa stresom. Pećina više nije veika tajna ili razlog za alarra.

Šta su naučili Marsovci

Marsovci su naučili da je trenutak kada su direktno napadnuti, optuženi ili kritikovani samo prolazna stanica; Venerijanka će se veoma brzo nakon toga osećati mnogo bolje i biti veoma zahvalna na njegovom razumevanju. Naučivši kako da sluša otkrio je koliko zaista ženi korisiti i pomaže da razgovara o svojim teškoćama.

47

Svaki Marsovac je odahnuo shvatajući da mu Venerijanka ne prenosi svoje probleme zato što je on nju na ovaj ih onaj način razočarao. Naučio je da će žena ukoliko oseti da je zaista pažljivo saslušana prestati da ratuje s crnim mishma i početi bolje da se oseća. S ovom svešću Marsovac je u stanju da sluša bez osećanja odgovor-nosti za rešavanje svih njenih problema.

Mnogi muškarci, pa i neke žene, veoma oštro sude o potrebi da se o problemima razgovara, zato što nikada nisu osetili koliko takav razgovor može biti blagotvoran. Oni nisu imali priliku da vide kako žena koja oseća da je neko pažljivo sluša, iznenada biva bolje raspoložena, uspostavivši odjednom pozitivan stav prema svetu oko sebe. Oni su jedino mogli da vide kako žena (verovatno njihova majka), koju niko pažljivo ne sluša, nastavlja da se okreće u istom krugu problema. Ovo se događa ženama koje se ne osećaju dovoljno voljenim i paženim dugi period vremena. Pravi problem je to što se ona oseća nevoljenom, a ne to što priča o svojim brigama i nedaćama.

Pošto su Marsovci naučili kako da slušaju napravili su neverovatno otkriće. Počeli su da shvataju kako slušanje Venerijanke koje im izlažu svoje nedoumice može da im pomogne da izađu iz svojih pećina na isti način na koji to čine gledajući TV ili čitajući novine.

Istovetno, pošto su naučili da slušaju bez osećanja krivice ili odgovornosti za iznesene teškoće, muškarci počinju mnogo lakše da slušaju. Što bolje umeju da saslušaju oni shvataju da upravo to slušanje može da bude izvrstan način da zaborave nedaće koje su ih snašle tog dana, pridnoseći u isti mah i osećanju zadovoljstva kod svog partnera. Međutim, u trncucima kada je zaista pod velikim stresom, muškarac će imati potrebu da bude u svojoj pećini, izlazeći veoma polako, privučen izazovima kao što su sport ih vesti iz sveta.

Šta su naučile Venerijanke

Venerijanke su odahnule shvativši da odlazak Marsovca u nje-govu pećinu nije znak da on nju više ne voli kao pre. Naučile su da tad budu pažljivije prema njemu jer on prolazi kroz teška vremena.

Venerijanke više nisu uvredene što Marsovci brzo gube pažnju dok im one pričaju. Kada Venerijanka govori, a Marsovac počne da gubi nit, ona će se veoma lagano zaustaviti, ostate na jednom mestu i dopustiti da je on sustigne i shvati šta je rekla. Onda će početi ponovo da priča. Ona je shvatila da je njerau ponekad jako teško da joj

48

pokloni svoju punu pažnju. Venerijanke su otkrile da će Marsovi i biti veoma sretni da preusmere svoju pažnju na njih, ukoliko oni d i budu zatražile na neobavezan i opuštajući način.

Kada su Marsovci potpuno preokupirani svojim mislima, z; i gubljeni u mutljagu omiljene pećine, Venerijanke to više ne primaju kao ličnu uvredu. Naučile su da to nije baš najsretnije vreme za poverljive razgovore već pre trenutak da se vide s prijateljicama ili odu u kupovinu. Kada se na taj način Marsovi oseti voljenim i prihvaćenim od strane svoje Venerijanke ona će uvideti da on tako brže može da izađe iz svoje ćelije.

49

GUVA 4

KAKO MOTIVISATI SUPROTA N POL

Vekovima pre nego što su Marsovci i Venerijanke skupa počeli da dele sudbinu oni su bili potpuno srećni živeći sami na svojim udaljenim svetovima. Onda se jednoga dana sve promenilo. Marsovci i planetama. Bila je to duboka depresija koja ih je, konačno, naterala da potraže i pronađu jedni druge.

Shvativši tajanstvenu promenu koja se tad dogodila stano-vnicima ovih planeta lakše ćemo prepoznati različitu motivisanost muškaraca i žena za zajednički život. S tim saznanjem bolje ćete moći da podržite svog partnera kao i da dobijete podršku koja vam je potrebna u teškim, stresnim vremenima. Vratimo se zato u davno doba kada se ova tajanstvena promena dogodila.

Kadaje Marsove zahvatila planetarna depresija svi su napustili gradove i otišli u svoje pećine na neodređeni rok. Zagnobili su se unutra nemoćni da izađu sve dok jedan od njih, gledajući kroz svoj veliki teleskop, nije spazio preiepe Venerijanke. Poštoje i drugima dopustio da vide lepe strankinje ova divna stvorenja nadahnula su Marsove novim smislom života i planetarna depresija na Marsu nestala je kao rukom odnešena.

Odjednom, oni su osetili da su nekome potrebni. Izašli su iz svojih ćelija i počeli da grade flotu svemirskih brodova kojima će odleteti na Veneru.

Kada bi Venerijanke osetile planetarnu depresiju one bi obrazovale debatne krugove u kojima bi razgovarale o svojim problemima.

50 .

Međutim, ovoga puta depresija se nije povlačila. Dugo su bile tužne i utučene sve dok u svojoj intuiciji nisu sagradile viziju. Ta snažna, čudesna bića (Marsovci) doći će iz tamnih dubina kosmosa da ih vole, da im služe i da ih podržavaju. *Odjednom, onesu*

osetile da ncki> brine o njima. Pošto je vizija postala opšteprihvaćena na Vencri depresija je nestala, a one su počele da se pripremaju za dolazak Marsovaca.

Muškarci su motivisani i osnaženi *kada osećaju da su nekome potrebni...*

Žene su motivisane i osnažene *kada osećaju da neko brine o njima.*

Ove dugo čuvane tajne o motivaciji muškaraca i žena primenljive su još i danas. Muškarci su motivisani i osnaženi *kada osećaju da su nekome potrebni.* Kada muškarac u vezi oseća da nije potreban, on postupno biva sve više pasivan, gubeći od svoje energičnosti; svakim danom koji prolazi on sve manje može da doprinese zajedničkom životu. U drugu ruku, kada oseti da druga strana veruje kako on daje sve od sebe da bi ispunio njene zahteve i potrebe, pa još i visoko vrednuje njegov napor, on biva osnažen da učini još i više ne bi li zadovoljio ženu.

Kao i Venerijanke, žene su motivisane i osnažene *kada osećaju da neko brine o njima.* Kada žena u vezi oseti da druga strana ne vodi brigu o njoj ona prinudno postaje sve nervoznija i biva iscrpljena od prevelikog pružanja koje se ničim ne uzvraća. U drugu ruku, kada oseti da muškarac vodi računa o njoj, žena je ispunjena i spremna da pruži i više nego što je pružala do tad.

KADAMUŠKARACVOUŽENU

Kada se muškarac zajubi u ženu događa se nešto slično što se dogodilo i kada je prvi Marsovac otkrio Venerijanke. Zakopan u svojoj pećini ne nalazeći uzroka svojoj neprolaznoj depresiji, on je teleskopom istraživao nebo. I tad, kao da ga je grom pogodio, u jednom vehčanstvenom trenutku njegov život se promenio iz ko-rena. On je kroz teleskop ugledao zadivljujuću lepotu i čar.

51

Otkrio je Venerijanke. Telo mu se zapalilo. I što je više posma-trao lepe strankinje počinjao je sve više da brine za nekog drugog, a ne jedino za samog sebe kao dotad. Njegov čitav život promenio se zahvajujući jednom jedinom pogledu.

Njegova tuga je nestala.

Marsovci imaju pobjedi/izgubi filozofiju - Želim da pobedim i nije me briga ako ti izgubiš. I sve dok je svaki Marsovac brinuo jedino o sebi ovakva formula je davala dobre rezultate. Ona je uspešno bila primenjivana vekovima, ali je sada bilo neophodno promeniti je. Grabiti što više za samog sebe više nije predstavljalo zadovoljstvo. Pošto behu zaljubljeni, Marsovci su želeli da i Venerijanke pobjeđuju kao i oni sami.

U mnogim današnjim sportovima ogleda se ova stara marsovska takmičarska filozofija. Na primer u tenisu, ja ne samo što želim da pobedim već mi je cilj i da moj prijatelj izgubi što činim šaljući mu lopte koje ne može da vrati. Ja uživam u pobjedi iako moj prijatelj gubi.

Mnoge od ovih marsovskih osobina imaju svoje opravdanje i me-sto u životu, ali u vezi dve odrasle osobe pobjedi/izgubi filozofija može da nanese velike štete. Ako ja želim da ispunim svoje potrebe na račun svog partnera izvesno je da ćemo ubrzo postati uvređeni i nesrećni, pa potom ući u sukobe s neizvesnim krajem. Tajna os-tvarenja uspešne veze je u mudrosti koja kaže da oba partnera mo-raj da pobjede.

Suprotnosti se privlače

Pošto se prvi Marsovac zaljubio počeo je da pravi teleskope i za svu ostalu braću Marsovce. Veoma brzo svi su izašli iz depresije. I oni su se zaljubili u Venerijanke. Fočeh su za njih da brinu kao za sebe same.

Zagonetne i prelepe Venerijanke imale su u sebi neku misterioznu privlačnost za Marsovce. Upravo te njihove međusobne razlike najviše su i privukle Marsovce. Dok su Marsovci bili tvrdi i oštri Venerijanke su bile meke i blage. Onda, Marsovci su bili nekako ug-lasti a one sve zaobljene. Tamo gde su Marsovci bili hladni, Venerijanke su bile tople. Na jedan magičan i savršen način te njihove razlike dopunjavale su jedna drugu.

Čak i bez reči Venerijanke su glasno i jasno poručivale: "Potrebni ste nam. Vaša snaga i moć mogu da nam donesu veliku radost,

52

ispunivši ogromnu prazninu koja se otvorila u našim osećanjima. Mi zajedno možemo da živimo u velikoj sreći." Ovaj poziv motivisao je i osnažio Marsovce.

Mnoge žene nagoni znaju kako da pošalju istu ovakvu poruku. Na početku njihove veze žena jednim pogledom kaže muškarcu da on može da bude onaj pravi koji će nju učiniti srećnom. Taj pogled će ga ohrabriti da joj se približi. Ona tiraj osnažuje siie koje će se u njemu izboriti protiv straha od ostvarivanja veze. Na nesreću, kada započnu zajednički život i problemi krenu da iskrsavaju, ona zabo-ravi koliko je ta ista poruka i dalje važna za njega i uporno odbija da je i dalje šalje.

Marsovci su bili veoma motivisani mogućnošću da se na Veneri promene. Marsovska rasa zakoračila je višim stepenikom evolucije. Oni više nisu bili zadovoljni neprestano iskušavajući sami sebe, razvijajući tako svoju snagu. Hteli su da moć i veštine koje poseduju stave u službu nekog drugog, posebno u službu Venerijanki. Počeli su da razvijaju novu pobjedi/pobjedi filozofiju. Želeli su svet u kojem svako brine i za sve ostale kao i za sebe.

Marsovce motiviše ljubov

Marsovci su počeli da grade čitavu flotu brodova koja će ih preko nebesa odvesti do Venere. Nikada se nisu osećali toliko živim. Posmatrajući Venerijanke stekli su nesebična osećanja po prvi put u svojoj istoriji.

Slično tome, kada je muškarac zaljubljen, motivisan je da bude najbolji što može biti, a sve u svrhu da viteški služi drugima. Kada mu je srce otvoreno on oseća toliko samopouzdanje da je sposoban da učini izuzetno velike promene.

Dobivši priliku da iskaže sve svoje potencijale on će pokazati svoje najbolje lice. Samo onda kada oseti da ne može uspeti u svojim nastojanjima on se vraća na stari, sebični način ponašanja.

On doživljava zadovoljstvo svoje partnerke kao svoje sopstveno. On može da istraje u svakoj nevolji ne bi li nju načinio srećnom jer njena sreća čini srećnim i njega. Borba sa svetom oko njega biva mu lakša. On crpi energiju iz višeg cilja. Dok je mlad on može da bude zadovoljan dok služi samom sebi, ali kako postaje stariji to samo-ugađanje više ne može da ga zado-volji. Da bi se osetio potpunim on mora da proživi svoj život motivi-

53

san Ijubavlju. Inspirisan da nesebično daje, on biva otrgnut od inercije samo-ugađanja lišene brige o drugima. Mada mu je i dalje potrebno da Ijubav prima, njegova najveća potreba postaje da Ijubav daje.

Dobivši priliku da iskaže sve svoje potencijale muškarac će pokazati svoje najbolje lice.

Samo onda kada oseti da ne može uspeti u svojim nastojanjima on se vraća na stari, sebični način ponašanja.

Mnogi muškarci nisu jedino željni da pružaju Ijubav već umiru od želje za njom. Njihov najveći problem je u tome što i ne znaju šta propuštaju. Oni su retko kad imaii prilike da vide kako njihovi očevi uspevaju da ispune njihove majke kroz pružanje Ijubavi. Zato oni i ne znaju da je najveći izvor zadovoljstva za muškarca upravo u da-vanju. Kada počne da se obrušava veza koju ima on je u depresiji i odmah se zabije u svoju pećinu. Prestaje da vodi računa o drugima i nije mu jasno zašto je toliko depresivan.

U tim trenucima on se povlači iz veze i ostaje zaglibljen u pećini. Pita čemu sve to i zašto bi se dalje opterećivao. Ne zna da je prestao da vodi računa o drugima zato jer oseća da nikome nije potreban. Ne ' pretpostavlja da će se iz svoje depresije pomeriti i ponovo biti motivi-san ukoiiko pronade nekoga kome će biti potreban.

Ne biti nikome potreban predstavlja iaganu smrt za muškarca.

Kada muškarac ne oseća da je upravo on taj koji čini pozitivnijim život nekog drugog, njemu je teško da nastavi s brigom o sopstvenom životu i intimnim vezama. Teško mu je da bude motivisan kada ne-kome nije potreban. Da bi se ponovo osetio motivisanim on mora da se oseti kako žena u njega veruje, ceni ga i prihvata. Ne biti nikome potreban predstavlja laganu smrt za inuškarca

KADA ŽENA VOU MUŠKARCA

Kada se žena zaljubi u muškarca dogada se isto ono što se dogodilo kada je prva Venerijanka počela da veruje kako Marsovcima

54

dolaze. Ona je sanjala da će se flota svemirskih brodova spustiti sa nebesa i da će rasa jakih i brižnih Marsovaca stupiti na Veneru. Ova bića neće tražiti da budu mažena i pažena već će oni maziti i paziti Venerijanke, voditi računa i brinuti o njima.

Marsovcima su bih veoma naklonjeni i inspirisani lepotom i kultu-rom Venerijanki. Shvatili su da njihove moći i sposobnosti postaju hšene smisla ukoHko se ne upregnu u službu nekome kome su potrebne. Ta čudesna bića, dostojna svakog poštovanja pronašla su olakšanje i nadahnuće u obećanju da će služiti Venerijanke, pošto-vati ih i ugađati im. Kakvo čudo!

Ostale Venerijanke imale su sHčne snove i trenutijo se oslobodile depresije. Vera u to da je pomoć na putu jer Marsovcima dolaze potpuno je preobrazila Venerijanke. One su patile od planetarne depresije jer su se osećale izolovane i usamljene. Da bi pobedile depresiju morale su da osete kako dolazi iskrena pomoć, rođena iz Ijubavi.

Mnogi muškarci nemaju predstavu kohko je ženama važno da imaju podršku u nekome kome je stalo do njih. Žene su sretno kada veruju da će njihove želje i potrebe naići na razumevanje. Kada je žena neraspoložena, utučena, iscrpljena ih slomljena, jednom rečju u beznadežnom stanju, njoj je potrebno samo jednostavno i toplo drugarstvo. Ona žeh da oseti kako nije sama. Njoj su potrebni Ijubav i pažnja.

Razumevanje, saživljavanje i saosećajnost biće joj od velikog značaja da bi otvorenije primila i znala kako da vrednuje njegovu pomoć. Muškarci ovo ne mogu da shvate jer im njiliovu Marsovski instinkti govore da je u trenucima lošeg rapoloženja najbolje biti usamljen. Zato će, kada je ona utučena i tužna, on pokušati da ode i ostavi je na miru ili će još više pogoršati stvari pokušavajući da razreši sve njene probleme na brzu ruku. Marsovcima nagon ne govori o tome koliko su ženi važne bliskost i intima kao i mogućnost da svoju muku podeh s drugima. Ono što je njoj u tim časovima najviše potrebno je neko ko će umeti pažljivo da je sasluša.

Deleći svoja osećanja s pažljivim sagovornikom ona priziva sa-znanje da je vredna Ijubavi i njene potrebe time bivaju u velikoj meri ispunjene. Nedoumice i nepoverenje počinju da se tope. Popušta njen napor da partnera prisiljava da čini ovo il ono, jer sad nanovo svesna da je vredna Ijubavi shvata da tu Ijubav ne mora da zasluži;

55

može potpuno da se opusti, da pruža manje, prima više. Ona to i za-služuje.

Ženin napor da partnera prisiljava da čini ovo ili ono,

popušta kad ona postaje nanovo svesna da je vredna Ijubavi -tu Ijubav ne mora da zasluži; može potpuno da se opusti, da pruža manje i prima više. Ona to i zaslužuje.

Suviše davanja umara

Boreći se s depresijom na Veneri, njene stanovnice su razgo-varale o svojim problemima, razmenjujući narasla osećanja. Kroz razgovor su otkrile i razloge svoje depresije. Postale su umorne od neprestanog davanja kojem nije bilo kraja.

Počele su da bivaju ozlojeđene, pritisnute osećanjem da snose odgovornost jedna za drugu. Zelele su da se opuste i da

neko preuzme brigu o njima na neko vreme. Umorile su se od deljenja svega što je njihovo sa ostalim Venerijankama. Zelele su da budu posebne i da imaju stvari koje će biti jedino njihove sopstvene. Dosadila im je uloga mučenica i život koji žive samo za druge.

Na Veneri su živeli po izgubi/pobedi filozofiji - "Ja gubim tako da bi ti mogla da dobiješ." U onoj meri u kojoj se žrtvuju jedna za drugu u toj meri se vodi briga o svakoj. Ali, postupajući tako veko-vima Venerijanke su se umorile od brige o drugima i deljenja svega što poseduju s ostalima. One su, takođe, bile spremne da usvoje pobedi/pobedi filozofiju. Veoma slično tome i danas su mnoge žene umorne od ne-prestanog pružanja. One bi htele bar dostojnu pauzu. Njima treba vremena da se vrate sarae sebi. Dovoljno vremena da prvenstveno o sebi povedu računa. Potreban im je neko ko bi im omogućio emo-tivnu podršku, neko o kome ne bi morale da brinu. A Marsovci se u tu sliku savršeno uklapaju. Na ovom mestu Marsovci su se naučili kako da pružaju, a Ven-erijanke su postale spremne da prime ono što im je pruženo. Posle dugih vekova u kojima su se razvijali na odvojenim planetama dosti-gli su veoma važan nivo u svojoj evoluciji. Venerijanke su morale da nauče kako da primaju dok su Marsovci morali da nauče kako da pružaju.

56

Ista ovakva promena često se događa muškarcima i ženama kada počnu da sazrevaju. Dok je mlađa, ona često ima više volje da se žrtvuje i oblikuje se ne bi li ispunila želje svog partnera. Mlađi muškarac je mnogo više okrenut samom sebi i nesvestan želja i potreba drugih oko njega. Kako žena postaje zrelija ona sve više shvata da je prinudena da digne ruke od sebe ne bi li zadovoljila svog partnera. Muškarac u zrelih godinama počinje da shvata kako da poštuje druge i da im služi.

Kako muškarac postaje zreliji počinje da shvata da će morati da digne ruke od samog sebe, no najvažija promena koju će on osetiti jeste da postaje svesniji kako može da se iskaže u pružanju drugima. Slično tome, postajući zrelija, žena se uči novim strategijama davanja, no najvažnije je to što će usvojiti izvesne limite u svom pružanju drugima i otvoriti se da ono što je pruženo prima.

Odusfanie od optužbi

Kada žena shvati da je tokom veze previše pružala, ona teži da za to što je nesrećna optuži svog partnera. Ona duboko u sebi oseća nepravdu što je davala mnogo više no što je primala.

Mada nije dobijala onoliko koliko zaslužuje, ona će, ukoliko želi da dopinese učvršćenju veze, morati da otkrije koiki je i ona sama doprinela takvom stanju. Kada žena previše pruža ona ne treba za to da optužuje svog partnera. Isto tako, muškarac koji manje daje ne treba zbog toga da optužuje svoju partnerku kako je negativno orijentisana i nesprijetna da odgovori na njegove napore. U oba slučaja optuživanjem se ništa ne postiže.

Razumevanje, poverenje, saosećajnost, prihvatanje i podrška predstavljaju prava rešenja, a optužbe na račun partnera to nisu. Kada dođe u takvu situaciju, muškarac bi umesto da optuži ženu kako je odbojna trebao da saoseća s njom i ponudi joj svoju podršku čak iako je ona ne zahteva; trebalo bi pažljivo da je sasluša iako mu njene reči u prvi mah zazvuče kao optužba na njegov račun; trebalo bi da joj pomogne da povрати poverenje u njega čineći male stvari koje će joj pokazati da on i dalje vodi računa o njoj.

Umesto da optužuje svog partnera što malo daje žena bi trebalo da prihvati i oprostí njegovu nesavršenost, posebno kada je on razočara; trebalo bi da poveruje kako bi on želeo i više da pruži u

57

trenucima kada on ne pruža dovoljno, trebao bi da ga ohrabri čineći ono što je dotad učinio i nastavi da traži njegovu podršku.

POSTAVUANJEI POŠTOVANJE GRANICA

Najvažnije je da žena uspostavi granice onoga što može da pruži bez ljutnje na svog partnera. Umesto da očekuje od muškarca neće li ovaj izjednačiti rezultat ona mora da uspostavi ravnotežu, određujući pravu meru onoga što daje. Pogledajmo jedan primer. Džim je imao trideset devet, a njegova žena Suzan četrdeset i jednu godinu kada su došli kod mene na savetovanje. Suzan je htela da se razvede. Zalila se da je tokom dvanaest godina davala i više nego što je mogla i da to ne može da izdrži. Ona je optužila Džima da je letargičan, sebičan, da hoće da dominira i da je potpuno neromantičan. Rekla je da više nema šta da pruži i da joj je jedino preostalo da ode. On je uspeo da je ubedi da dođe na terapiju iako je ona sumnjala u to. Tokom šest meseci uspeli su da načine tri veoma važna koraka na putu izlečenja njihove veze. Danas žive u srećnom braku i imaju troje dece.

Prvi korak: Motivacija

Džimu sam objasnio kako je njegova žena dvanaest godina akumulirala jed i bes. Ukoliko je želeo da sačuva taj brak, morao je da se potruži i pažljivo je sasluša ne bi li time bio motivisan da ozbiljno poradi na njihovoj uzdrmanoј vezi. Tokora prvih šest meseci zajedničkog rada, ohrabrivao sam Suzan da slobodno iskaže svoja osećanja, pomažući u istom mah Džimu da shvati njen negativan odnos prema njemu. Ovo je ujedno bio najteži deo procesa na putu ozdravljenja njihove veze. Počevši da razumeva njen bol i neispunjena očekivanja, on je postao izuzetno motivisan i uveren da može načiniti neophodne izmene ne bi li povratili ljubav i slogu.

Pre nego što je Suzan mogla da mu se pridruži u tom naporu bilo je neophodno da je on sasluša i da ona oseti kako Džim ispravno vrednuje njena osećanja: to je bio prvi korak. Pošto je Suzan osetila da je shvaćena onako kako treba, mogli su da načine sledeći korak.

Drugi korak: Odgovornost

Drugi korak je bilo preuzimanje odgovornosti. Džim je morao da preuzme odgovornost za nedovoljnu podršku koju je pružao

svojoj ženi, dok je Suzan morala da preuzme odgovornost za to što nije umela da postavi granice. Džim se izvinio za sve što je učinio nanoseći joj bol. Suzan je shvatila da je njegovo nepoštovanje i grub odnos prema njoj (vika, gundanje, odbijanje njenih zahteva, nepoštovanje njenih osećanja) posledica činjenice da ona nije postavila jasne granice. Iako nije imala potrebe da se izvinjava zbog toga bila je svesna da snosi deo odgovornosti za njihove zajedničke probleme. Prihvatajući postepeno svoju nemoć da uspostavi jasne međe i svoju težnju da pruža više no što može kao elemente koji su doprineli njihovom sukobu, počela je lakše i više da oprašta Džimu. Preuzi-manje odgovornosti za teškoće koje oseća bilo je od izuzetnog značaja za ublažavanje njene odbojnosti. Na taj način oboje su bih motivisani da savladaju nove puteve kojima će pružati podršku jedno drugom, poštujući međe koje se ne smeju preći.

Treći korak: Praksa

Džimu je posebno bilo značajno da u praksi iskusi kako da poštuje granice, dok je Suzan morala da nauči kako te granice da postavi. Oboje su morali da otkriju kako da iskažu svoja iskrena osećanja uz puno uvažavanje onog drugog. Složili su se da zajedno pristupe ovom trećem koraku uspostavljanja i poštovanja granica, znajući da će oboje u početku činiti greške u svojim pokušajima. Mogućnost da naprave grešku bila im je odstupnica tokom prakse koju su sprovodili. Evo nekoliko primera ponašanja koje su usvojili: Suzan je imala običaj da kaže: "Ne sviđa mi se način na koji mi se obraćaš. Molim te, prestani da se dereš ih ću da izadem napolje iz sobe." Pošto je nekoliko puta zaista izašla iz sobe to kasnije više nije morala da čini. Kada bi Džim od nje zatražio da učini nešto što bi ona ra-nije učinila zamerajući mu - sad bi samo rekla "Ne mogu, umorna sam" ili "Ne mogu, danas imam posla." Otkrila je da je Džim, shvativši koliko je ona zaposlena i umorna postao mnogo pažljiviji prema njoj. Suzan je rekla Džimu da hoće da ide na odmor, a kada je on odgovorio da ima suviše obaveza na poslu, rekla mu je da

59

će onda ići sama. Džim je onda odjednom proraenio ra-sporod obaveza i bio spreman da podeli s njom. Kada bi je Džim prekinuo u pola reči ona je praktikovala da kaže "Molim te, nisam završila. Saslušaj me do kraja." Džim je počeo strpljivije da je sluša i ređe da je prekida. Najteže joj je padalo da nauči kako da zatraži ono što joj je , potrebno. Jednom prilikom rekla mi je "Zašto moram još i da tražim, posle svega što sam učinila za njega." Objasnio sam joj da će time što će i njega učiniti odgovornim za ,, ispunjenje svojih potreba rešiti veliki deo svojih problema. Ujedno i ona sama mora da preuzme deo odgovornosti da bi dobila ono što hoće.

Najveće iskušenje za Džima bilo je da u dovoljnoj meri i ispoštuje promene koje je ona doživela tokom godina i da shvati kako ona nije ona ista lako prilagodljiva osoba koju je on oženio. Shvatio je da je njoj podjednako teško da postavi granice kao što je njemu teško da ih poštuje. Oboje su dokazali da će njihov odnos biti mnogo ljubavniji i topliji ukoliko im ovakvo ponašanje pređe u naviku.

Pošto muškarac oseti gde su mu postavljene međe on je motivi-san da pruži više nego što je pružao. Poštujući postavljene mu granice, motivisan je da preispita obrasce svog ponašanja i da se menja. Kada žena shvati da ukoliko ćeH da prima, a ne samo da pruža, mora da postavi izvesna ograničenja, ona je automatski u stanju lakše da oprostí svom partneru i pronađe načine kako da zatraži i kako da primi podršku koja joj je potrebna. Kada žena postavi granice ona postupno nauči da se opusti i primi od muškarca više no što je dotad primala.

NAUČITI KAKO DA SE PRIMA

Postavljanje granica i primanje može ponekad da bude po-priHčno zastrašujuće za ženu. Ona je neretko uplašena da je suviše zahtevna i da će zbog toga biti odbačena, osuđena i napuštena. Od-bacivanje, osuda i napuštanje bivaju najbolniji za ženu jer duboko

60

u svojoj podsvesti ona neispravno veruje da nije ni zaslužila da tloHje više. Ovo verovanje je formirano i ojačano još u detinjstvu svaki put kada je ona trebalo da potisne svoja osećanja, potrebe ili želje.

Žena je posebno osetljiva kada loše i pogrešno poveruje da ona ne zaslužuje da bude voljena. Ukoliko je kao dete prisustvovala zlostavljanju ili i sama bila zlostavljana, onda je ona još više povredljiva ukoliko joj se javi doživljaj dani je vredna ljubavi; u tom slučaju joj je teže da odredi svoju pravu vrednost. Skriveno u podsvesti ovo osećanje bezvrednosti stvara strah od potrebe za drugima. Deo nje zamišlja da neće dobiti oslonac i podršku.

Pošto je uplašena da neće dobiti tu podršku, ona će nesvesno od-gurnuti upravo onaj oslonac koji joj toliko treba. Kada muškarac primi poruku da ona ne veruje kako je on u stanju da udovolji njenim zahtevima on istog časa oseća kako ga ona odbija i njegova motiva-cija se gasi. Njeno beznade i nepoverenje preobražavaju njene opravdane želje i namere u jad i bedu koji za muškarca dobijaju značenje kako žena ne veruje u njegovu naklonost i podršku. Ironično je da su muškarci pre svega motivisani kada osećaju da su nekome potrebni, ali se ta motivacija gasi kada naiđu na bedu i jad.

U tim trenucima žena pogrešno zaključuje da je to što ona ima zahteve ugasilo njegov žar, a problem je u njenom beznadu, besmislu u kojem se nalazi i nepoverenju da on daje sve od sebe. Bez poimanja činjenice da je muškarcu neophodno poverenje, ženi je teško i zbunjujuće da shvati razliku između normalne potrebe i jada iz kojeg se rađaju očajničke potrebe.

"Zahtevati" znači otvoreno tražiti podršku od muškarca na način koji jasno pokazuje da žena ima poverenja u njega i pretpostavlja da

će on dati sve od sebe da joj udovolji. Takav zahtev uliva snagu muškarcima. "Jad i beda" znače očajničku potrebu koja je veća tim pre što onaj koji traži ne veruje da će traženo i dobiti. Takav stav od-bija muškarca i čini da se on oseti kao da ga žena nedovoljno poštuje i odbacuje.

Za žene je već dovoljno zbunjujuće to što imaju potrebu za dru-gima, tako da im razočaranje ili odbacivanje posbno teško padaju čak i u malim količihama. Njoj nije lako da zavisi od drugih, a da po-tom bude odbačena i zaboravljena. Potreba za nekim čini je ran-jivom. Ukoliko biva odbačena ili razočarana to boh' vi.šc nego što bi trebalo jer ponovo priziva stari duh verovanja da ona nijc dovoljno vredna.

61

Kako su Venerijanke nauale da osećaju svoju vrednost

Vekovima su Venerijanke nadoknađivale ovaj urođeni strah od nedovoljne vrednosti time što su bivale pažljive i veoma predusretl-jive prema zahtevima drugih. One su davale i davaie, osećajući duboko u sebi kako nisu dovoljno vredne da bi mogle da primaju. Nadale su se da će tim davanjem postati vrednije. Posle vekova neprestanog pružanja konačno su shvatile da su i te kako vredne da dobiju ljubav i budu podržane u svojim nastojanjiraa. Onda su se osvrnule unazad i shvatile da su oduvek bile vredne te ljubavi i podrške.

Ovaj proces davanja drugima naučio ih je mudrosti kojom su us-pele da procene same sebe. Kroz pružanje drugima, shvatile su da je taj drugi vredan ljubavi koju je dobio, a time su videle da svako zaslužuje ljubav i pažnju. Konačno su shvatile da i one same za-služuju da prime podršku od drugih.

Kada mlada devojka ovde na Zemlji vidi kako njena majka do-bija puno ljubavi i pažnje i sama počinje da se oseća dovoljno vred-nom da primi isti poklon. Ona lako uspeva da prebrodi Venerijanski impuls koji je tera na previše pružanja drugima. Ona ne mora da se bori sa strahom od primanja zato što se izjednačava sa svojom majkom. Ukoško je majka usvojila mudrost slobodnog, otvorenog primanja dete će najbolje učiti na njenom primeru.

Venerijanke nisu imale model prema kojem bi se oblikovale zato im je trebalo na stotine godina da se odviknu od tog svog nagona za bespoštednim davanjem. Uvidevši polako da su svi ostali dovoljno vredni da prime ljubav i pažnju, shvatile su da su i one same vredne da ljubav i pažnju prime od drugih. U tom magičnom trenutku, Mar-sovci su, takođe, doživeli promenu i počeli da grade .svemirske bro-dove.

Marsovci će se pojaviti kada Venerijanke budu spremne

Kada žena zaista shvati da je uistinu dovoljno vredna da bude voljena, ona otvara vrata muškarcu da bi joj on ljubav i pružio. Ali njoj će, često, biti potrebno desetak godina u hraku da shvati kako zaslužuje više no što dobija, da bi stvar bila gora, ona se tad oseća kao da zatvara vrata pred muškarcem kojeg je odabrala, ne dajući mu

62

priliku da bilo šta ispravi. Ona u tom trenutku oseća nešto poput ovoga: "Ja sam ti puno pružala, a ti na to nisi obraćao pažnju. Imao si svoju priliku ali je nisi iskoristio. Ja zaslužujem bolje. Tebi više ne mogu da verujem. Suviše sam umorna. U meni više nema ničega što bih mogla da pružim. Neću ti dopustiti da me ponovo povrediš."

Ja neprestano, kada je ovakav siučaj u pitanju, ženama pona-vijam da nije potrebno da one pružaju više nego dotad da bi njihova veza postaija bolja. Njihov će im partner, zapravo, davati i više uko-liko mu one budu pružale manje nego što su to činile ranije. Kada muškarac ne obraća pažnju na nju i njene potrebe to liči kao da su oboje zaspali obučeni. Kada se ona probudi iz sna i priseti svojih potreba, on će se takođe probuditi i poželeti da joj pruži više no što joj je pružao dotad.

Kada se **ona probudi iz sna i priseti se svojih potreba,**

on će se takođe probuditi i poželeti da joj pruži

više no što joj je pružao dotad.

Njen će se partner verovatno probuditi iz pasivnosti i zaista u svom ponašanju promeniti ono što je ona tražila. Kada ona prestane previše da daje, zato što je konačno shvatila koliko je i sama vredna, on će izaći iz svoje pećine i počće da gradi svemirski brod ne bi U došao do nje i učinio je srećnom. Njemu će, doduše, biti potrebno dosta vremena da nauči kako više da daje, ali najvažnije je da je učinjen prvi korak - uverio se da joj nije poklanjao dovoljno pažnje i sada on to hoće da promeni.

Ovo takođe radi i u drugom smeru. Obično kada muškarac oseti kako nije dovoljno srećan i poželi više ljubavi i romanse, njegova žena će se iznenada otvoriti prema njemu i ponovo ga voleti kao nekad. Zidovi ljutnje i uvreda počće da se ruše, i ljubav će se ponovo vratiti u život. Ukoliko je nepažnja duže trajala biće potrebno iz-vesno vreme da se zaleči nataloženi bes, ali to zalečenje postaje moguće. U jedanaestom poglavlju objasniću jednostavne i praktične tehnike kojima se može prevazići ovakva ljutnja. Veoma često se događa dakada jedan od partnera napravi neke pozitivne korake, to isto učini i onaj drugi. Ova očekivana koinciden-cija je jedna od onih magičnih stvari u životu. Učitelj se pojavljuje kada je učenik spreman. Odgovor se čuje kada je pitanje postavljeno.

63

Kad smo mi zaista spremni da primimo - ono što nam toliko treba postaće nam i dostupno. Kada su Venerijanke bile spremne da primaju Marsovci su bili spremni da daju.

NAUČITI KAKO DA SE DAJE

Najgori strah koji muškarac oseća je da on nije dovoljno dobar ili da nije sposoban da učini ono što se od njega očekuje. On ovaj strah nadoknađuje usredsređivanjem na bitno povećanje svojih moći i sposobnosti. Uspeh, dostignuća i sposobnosti postaju mu najpreči. Pre nego što su otkrili Venerijanke, Marsovci su toliko bih koncen-trisani upravo na ove kvahtete da nisu marih ni za koga i ni za šta drugo. Zato muškaracupravo i deluje najnebržinije kada je uplašen.

Najgori strah koji muškarac oseća je da on nije

dovoljno dobar ili da nije sposoban da učini ono što se od njega očekuje.

Kao što su žene uplašene od toga da prime, tako su i muškarci uplašeni od toga da daju. Pružajući se drugima oni rizikuju neuspeh, neodobravanje i potrebu za ispravkama svojeg ponašanja. Ovakve posledice njegovog pružanja izuzetno su bolne zato jer on duboko u podsvesti pogrešno veruje da nije dovoljno dobar. Ovo verovanje je stvoreno i osnaživano u detinjstvu svaki put kada je pomišljao da su od njega očekivale da ono što je učinio učini bolje. Kada njegovi napori nisu bili primećeni ih nisu bili valjano ocenjeni, on je duboko u svojoj podsvesti formirao verovanje kako nije dovoljno dobar.

Kao što su žene uplašene od toga da prime, tako su i muškarci **uplašeni** od toga da daju

Muškarac je posebno povredljiv kada je u pitanju ovo pogrešno uverenje. Ono u njemu rađa strah od neuspeha. On bi želeo da pruži, ali se boji da u tome neće uspeti, tako da i ne pokušava. Ako je njegov najveći strah u uverenju da ne odgovara onome što se očekuje onda će on pokušati da izbegne svaki nepotreban rizik.

Ironično je da u situaciji u kojoj je muškarcu najviše stalo do nečega, njegov strah najviše raste i on čak pruža manje nego što bi

64

inače pružio. Da bi izbegao neuspeh on prestaje da daje onima ko-jima bi želeo da pruži najviše.

Kada je muškarac nesiguran on to s druge strane nadoknađuje time što ne brine ni o kom drugom osim o samom sebi. Njegov najčešći odgovor prilikom povlačenja je "Baš me briga." Ovo je razlog zbog kojeg Marsovci ne dopuštaju sebi da brinu ili da osećaju previše za druge. Postajući uspešni i dovoljno snažni oni kmačno shvataju kako su dovoljno dobri da bi mogli da uspeju i u davanju. Tada su oni otkrili Venerijanke.

Iako su oduvek bili dovoljno dobri, u procesu samodokazivanja i isprobavanja svojih moći, stekli su mudrost kojom su uspeli pravilno da ocene sami sebe. Postavši uspešni, bacili su pogled unatrag i shvataju da je svaki neuspeh koji su doživeli bio neophodan da bi ostvarili kasnije uspehe. Svaka greška ih je naučila lekciji neophodnoj za postizanje ciljeva koje su sebi postavili. Na taj način oni shvataju da su oduvek bili dovoljno dobri.

U redu je praviti greške

Prvi korak za muškarca, koji bi da nauči kako više da pruža, je da shvati kako je sasvim u redu da pravi greške, i da je u redu to što ponekad doživi neuspeh, kao i da on nije dužan da zna sve odgovore i sva rešenja.

Sećam se da mi se jedna žena žalila kako njen partner nikako ne želi da uđe u brak. Za nju je to značilo da mu do veze nije stalo onoliko koliko joj i njoj. Međutim, jednoga dana ona mu je rekla da je veoma srećna s njim. Iako su bili siromašni, ona je želela da bude s njim. Siedecog dana on ju je zaprosio. Bilo mu je potrebno da ga ona prihvati i ohrabri ga dajući mu do znanja da je dovoljno dobar za nju, da bi tek onda on sam mogao da oseti koliko mu je stalo do njihove veze.

Marsovcima je, takođe, potrebna ljubav

Ko što žene veoma brzo osećaju da su odbačene kada im se ne pruži pažnja koja im je potrebna, muškarci jednako brzinom osećaju svoj neuspeh kada žena počne da priča o problemima. Ovo objašnjava zašto je njemu ponekad jako teško da sluša dok ona govori. On hoće da bude heroj. Kada je ona razočarana ili nesrećna zbog nečega on se oseća kao promašaj. Njeno neraspoređenje budi njegov najdublji

65

strah: on nije dovoljno dobar i sposoban. Mnoge žene danas ne shvataju koliko su muškarci povredljivi i koliko je njima, takođe, potrebna ljubav. Ljubav mu pomaže da shvati da je on dovoljno dobar da može da ispuni druge.

Muškarcu je jako teško da sluša ženu koja je nesrećna ili razočarana jer se tada on oseća kao promašaj.

Dečak koji ima dovoljno sreće da vidi oca kako uspeva da ispuni očekivanja majke, kasnije će kao odrastao, ulaziti u vezu sa retkim uverenjem da će uspešno ispuniti očekivanja svoje partnerke. On nije prestrašen obavezama jer zna da će ih ispuniti. On, takođe zna, da iako ne uspe dovoljno da pruži, ostaje prikladan, zaslužujući ljubav i pažnju jer čini najbolje što može. On sebe ne osuđuje jer zna da nije savršen i da uvek daje sve od sebe, a to što on daje je dovoljno dobro. On je u stanju da se izvine za greške koje je počinio zato jer očekuje oprostaj, ljubav i poštovanje.

On zna da svi greše. Video je da njegov otac greši i nastavlja da voli samog sebe. Imao je prilike da vidi kako njegova majka prašta oca i voli ga uprkos greškama koje je ovaj počinio. Osetio je kako ona veruje oca i ohrabruje ga čak i u vreme kada je pomalo razočarana u njega.

Mnogi muškarci nisu imali na koga da se ugledaju dok su odrastali i sazrevali. Za njih je biti i ostati zaljubljen, ući u brak i imati porodicu jednako teško kao da voze džambo džet bez prethodne obuke. Možda će i biti u stanju da uzlete, ali je sigurno to da će se srušiti. Teško je nastaviti s letenjem kad par puta tresneš avionom o zemlju. Ili kad vidiš kako je tvoj otac slupao avion. Zato je lako shvatiti zašto muškarci i žene dižu ruke i raskidaju svoje veze, kada se uvidi da nikada nisu dobili valjanu obuku za let.

66

GLAVA 5

GOVOREĆI DRUGČIJE JEZIKE

Kada su se Marsovci i Venerijanke susreli po prvi put, otkrili su i mnoge probleme koji će sve do današnjih dana pratiti njihove odnose, pa samim tim preći i na nas. Shvativši da se razlikuju, oni su bili u stanju da prevaziđu te probleme.

Jedna od tajni njihovog uspeha bila je i dobra komunikacija.

Ironično ali istinito, oni su uspešno komunicirali zato jer su govorili razhčitim jezikom. Kad bi iskrsao neki problem oni bi jed-nostavno otišli kod prevodioca. Svi su znali da narodi s Marsa i Ve-nere govore razhčite jezike, tako da se nisu odmah svađali kada bi došli u kakav sukob, već su vadili svoje rečnike fraza da bi mogli bolje da razumeju jedni druge. Kada to ne bi pomoglo odlazili su kod zvaničnog prevodioca da im on presudi u sporu.

Marsovski i venerijanski jezik imali su iste reči, ali im je način **na koji su bile upotrebljene** I

davao

potpuno različit smisao.

Vidite marsovski i venerijanski jezik imali su iste reči, ali im je način na koji su bile upotrebljene davao potpuno razhčit smisao. Njihovi izrazi su bili jednaki ali je njihovo prenosno značenje bilo drugačije ili su ti izrazi sobom nosili razhčit emotivni naboj. Veoma lako je dolazilo do nesporazuma. Kada bi iskrsao problem, oni su pretpostavljali da je to samo još jedan od očekivanih nesporazuma i

67

da će s malo dobre volje i pomoći sa strane lako uspeti da ga razreše i bolje razumeju jedni druge. Oni su tad živeli u takvom poverenju i saglasju kakvo mi danas izuzetno retko možemo da doživimo.

MEČIZMEĐU IZRAŽAVANJA OSEĆANJA I SAOPŠTAVANJA I INFORMACIJA

Čak i danas su nam potrebni prevodioci. Muškarci i žene gotovo nikada ne misle isto, čak ni kada upotrebljavaju iste reči. Na primer, kada žena kaže "Osećam da me *uopšte* ne slušaš," ona ne očekuje da se ta reč *uopšte* bukvalno shvati. Upotreba reči *uopšte* je tek način da ona izrazi svoje neraspoloženje koje oseća u tom trenutku. To ne treba da bude prihvaćeno kao proverena informacija.

Da bi u potpunosti izrazile svoja osećanja

žene će sebi dati pesničku slobodu

pri upotrebi superlativa, metafora i uopštavanja

Da bi u potpunosti izrazile svoja osećanja žene će sebi dati pesničku slobodu pri upotrebi superlativa, metafora i uopštavanja. Muškarci će ove izraze, na žalost, bukvalno da shvate. Pošto pogrešno razumeju šta je žena htela da kaže, onda oni odbojno i nervozno reaguju. Prikazaćemo ovde deset uobičajenih ženskih žalopojki na koje će muškarci najčešće grubo da odreaguju.

UOBIČAJENE ŽALOPOJKE KOJE LAKO MOGU DA BUDU POGREŠNO SHVAĆENE

Kada žena kaže:

Muškarac odgovoro:

"Nikada ne izlazimo." "Nije istina. Izašli smo prošle nedelje."

"Niko me ne primećuje." "Uveren sam da te neki i te kako dobro primećuju."

"Tohko sam umorna da ništa sada ne mogu da radim." "Ma to nema veze sa životom. Nisi nesposobna."

68

Kada žena kaže:

m>ihm pdggvprg:

"E, kada bih mogla sve da za-boravim."

"Ova kuća je uvek u kršu."

"Niko neće ni da me sasluša."

"Ništa ne ide kako treba."

"Ti kao da me više ne voliš."

"Uvek smo u nekoj gužvi, jurnjavi."

"Treba mi više romantike."

"Nemoj više da radiš ako ti je na poslu tako odvratno."

"Nije istina, nije uvek u kršu."

"Ali ja te baš sad slušam."

"Hoćeš da kažeš da je to moja greška?"

"Naravno da te volim. Zato i jesam ovde?"

"Nismo. U petak smo baš bili opuštteni."

"Hoćeš da kažeš da ja nisam romantičan?."

Vidite kako bukvalan prevod ženinih reči može lako da prevari muškarca koji govor shvata jedino kao izlaganje činjenica i informacija. Takode možemo videti kako muškarčev odgovor na jednu ovakvu ženinu izjavu može da dovede do svade. Nedovoljno jasna komunikacija lišena ljubavi najveći je problem u jednoj vezi. Primedba koja je na prvom mestu kada žene govore o svojoj vezi glasi: "Osećam se kao da me niko ne sluša." A čak će i ova primedba biti pogrešno shvaćena i protumačena.

Primedba koja je na prvom mestu kada žene govore

o svojoj vezi glasi: "Osećam se kao da me niko ne sluša."

A čak će i ovu primedbu muškaci pogrešno shvatiti.

Muškarčevo bukvalno prevođenje reči "Osećam se kao da me niko ne sluša" vodi ga do pokušaja da zanemari njena prava osećanja ili do ulaska u sukob s njima. On misli *dajeste* čuo šta ona govori ako od reči do reči ponc-vi ono što je rekla. Prevod ženinog "Osećam se kao da me niko ne sluša" koji muškarac više ne može pogrešno da shvati ili protumači glasi: "Osećam da ti ne shvataš u potpunosti

ono što ja želim da kažem i ne brineš o tome kako se ja, zaista osećam. Hoćeš li mi pokazati da si zaista zainteresovan za ono što imam da ti kažem."

69

Ukoliko muškarac ispravno shvati njenu primedbu onda će on manje ulaziti u besplodne rasprave i biće u stanju da joj odgovori na pozitivan način. Kada se muškarci i žene nalaze na ivici ozbiljne svade, to obično znači da su pogrešno razumeli jedno drugo. U tom trenutku je važno preispitati ili tačnije prevesti ono što je rekla druga strana.

Pošto muškarci ne shvataju da žene izražavaju svoja osećanja na drugačiji način, oni će često zanemariti ili loše suditi o partnerkinim osećanjima. A to vodi do svađe. Stari Marsovci naučili su kako da izbegnu svade putera pravilnog tumačenja govora sa Venere. Kad god bi se marsovska krv uzburkala, slušajući Venerijanke, Marsovci su zabijali noseve u svoje *Venerijansko-Marsovske rečnike fraza i izraza* radi ispravnog tumačenja.

KADA VENERIJANKE GOVORE

Sledeći odeljak sadrži različite isečke iz izgubljenog *Venerijan-sko-Marsovskog rečnika fraza i izraza*. Svaka od deset ranije nabrojanih primedbi prevedena je ovde tako da muškarac može da shvati njihovo pravo i nameravano značenje. Svaki prevod takode sadrži i nagoveštaj kakav bi trebalo da bude odgovor muškarca.

Vidite, kada je Venerijanka neraspložena ona se ne služi jedino uopštavanjima i ostalim alatkama iz istog asortimana, već ona, takođe, traži i određenu vrstu podrške. Ona ovu podršku ne traži direktno jer na Veneri svi znaju da već i dramatičan ton glasa podrazumeva određen zahtev koji se ispod njega krije.

U svakom od ovih prevoda razotkriva se taj skriveni zahtev za podrškom. Ukoliko muškarac pažljivo sasluša ženu on onda može da prepozna zahtev koji je uključen u njen izraz i prikladno odgovori na njega, pri čemu će se ona osećati kao da je muškarac zaista pažljivo sluša i voh.

Venerijansko-Marsovski rečnik fraza i izraza

"**Nikada ne izlazimo**" prevedeno na marsovski znači "Ja bih želela da izademo negde i provedemo vreme zajedno. Mi se uvek lepo provodimo i ja volim da budem s tobom. Šta ti misliš o tome? Da li bi me izveo na večeru? Odavno nismo izašli skupa."

70

Bez korišćenja rečnika kada žena kaže "Nikada ne iziazimo" marsovac to shvata kao "Ti nisi uradio ono što se od tebe očekuje. Kakvo si ti razočarenje ispao na kraju. Mi više ništa ne radimo zajedno jer si ti lenj, neromantičan i dosadan."

"Niko me ne primećuje" prevedeno na marsovski znači "Danas me svi ignorišu i niko ne obraća pažnju na mene. Kao da sam nevidljiva. Naravno, znam da me ljudi vide ali njih kao da uopšte nije briga za mene. A pretpostavljam i da sam neraspložena jer si ti poslednjih dana imao toliko puno posla. Ja zaista cenim što ti tako naporno radiš, ali ponekad ipak osetim da ti više nisam važna. Bojim se da ti je posao postao važniji od mene. Hoćeš li me zagrliti i reći mi koliko ti ja značim?"

Bez korišćenja rečnika Marsovac će "Niko me ne primećuje" shvatiti kao "Ja sam tako nesrećna. Ne mogu da privučem pažnju koja mi je potrebna. Sve je potpuno beznadežno. Čak me i ti ne pri-mećuješ, a ti si neko ko bi trebalo da me voli. Treba da te je sramota. Tako si hladan. Ja tebe nikada ne bih zapostavljala na takav način.

"**Toliko sam umorna da ništa sada ne mogu da radim**" pre-vedeno na marsovski znači "Danas sam uradila izuzetno mnogo stvari. Zaista mi je potrebno da se odmorim pre nego što uzmem da radim bilo šta drugo. Veoma sam srećna što rne ti razumeš. Hoćeš li me zagrliti i dati mi potvrdu kako radim dobru stvar i da zaslužujem odmor koji mi toliko treba.

Bez ovog prevoda kada žena kaže "Toliko sam umoma da ništa sada ne mogu da radim" muškarac to razume kao "Ja sam sve uradila, a ti nisi uradio ništa. Trebalo je više da se potruđiš. Ne mogu ja sve sama da stignem. Osećam se beznadežno. Treba mi 'Pravi muškarac' s kojim bih živela. To što sam tebe odabrala bila je moja životna greška.

"E, kada bih mogla sve da zaboravim" prevedeno na mar-sovski znači "Hoću da znaš da ja volim svoj posao i svoj život, ali danas sam slomljena i veoma neraspložena. Vo-lela bih da povedem malo računa o sebi pre nego što

71

ponovo preuzmem svoje obaveze i odgovornosti. Da li bi ti hteo da me upitaš 'Šta je bilo?' i da \i bi me onda pažljivo saslušao ne nudeći mi rešenja iz rukava. Želela bih da vidim kako i ti deHš isti doživljaj pritiska sa mnom. To bi učinilo da se osećam mnogo bolje. Pomoglo bi mi da se opustim. Sutra bih ponovo mogla da preuzmem sav teret na sebe i da nastavim dalje.

Bez ovog prevoda muškarac bi "E, kada bih mogla sve da zabora-vim" shvatio kao "Moram da učinim toliko toga što ne želim da činim. Veoma sam nesrećna s tobom, a nesrećna je i ova veza koju imamo. Želela bih boljeg partnera koji bi mogao da mi ispuni život. Ti si užasno loše odradio svoj posao.

"Ova kuća je uvek u kršu" prevedeno na marsovski znači "Danas bih htela da se odmorim a kuća nije rasporemljena. Neraspložena sam i umorna i odmor mi je neophodan. Nadam se da ne očekuješ kako ću sve doterati tako da bhsta. Hoćeš li se složiti sa mnom da je krš potpun, a onda mi ponuditi da zajedno sredirao sve to?"

Bez upotrebe rečnika kada žena kaže "Ova kuća je uvek u kršu" muškarac će shvatiti kao da ona kaže "Kuća je u neredu zato jer ga ti praviš. Ja sve činim ne bih li taj krš rasporemlila, a ti praviš novi i pre nego što ja stignem da završim. Ti si jedan aljkavi lenjivac i ne žehm da živim s tobom ako se ne promeniš. Diži se na noge pa ili na spremanje iU na vrata!"

"Niko neće ni da me sasluša." prevedeno na marsovski znači "Plašim se da sam ti dosadna. Bojim se da te više ne interesujem. Izgleda da sam danas isuviše osetljiva. Hoćeš h mi danas pokioniti posebnu pažnju? Volela bih to. Imala sam težak dan i osećam da niko ne želi da čuje šta o tome imam da kažem.

"Hoćeš li me bar ti saslušati i podržati me pitanjima kao što su: 'Šta je bilo danas? I šta se još dogodilo? Kako si ti to primila? Sta si onda uradila?' Potrebna mi je tvoja podrška i u obliku brižnih, odobravajućih i uverljivih izjava poput: 'Reci mi šta je još bilo' ili 'Tako je i trebalo da uradiš' ili 'Znam šta si mislila' ili 'Potpuno te shvatam.' Možeš i samo

72

da me saslušaj, prateći moje reči s uzdahom odobravanja kao što su "oh", "hmmm", "da, da" i "ah-ha". (*Napomena.* Marsovci nisu znali za ovakvu vrstu uzdaha sve dok nisu sti-gli na Veneru.)

Kada žena kaže "niko neće ni da me sasluša" marsovac će bez prevoda to čuti kao "Ja tebi poklanjam svoju punu pažnju, a ti mene nećeš ni da čuješ. Ti si navikao da se tako ponašaš. Postalo je veoma dosadno živeti s tobom. Želim nekog uzbudljivog i interesantnog muškarca a ti, definitivno, nisi taj. Potpuno si me razočarao. Ti si sebičan i loš.

"**Ništa ne ide kako treba**" prevedeno na marsovski znači "Danas sam tako siomljena i jako mi je drago što s tobom mogu da podelim to svoje osećanje. To mi puno pomaže da se osećam bolje. Danas izgleda kao da mi ništa ne ide od ruke. Znam da to nije istina ali se ja tako osećam. Jed-nostavno se osećam slomljeno kada pomislim koliko me još stvari čeka da ih završim. Hoćeš li me zagrliti i reći mi kako sam uradila veliku stvar i da ne treba da brinem. To će mi sigurno prijati.

Bez ovog prevoda, kada žena kaže "Ništa ne ide kako treba" muškarac to može da protumači kao "Ti ništa ne radiš kako treba. Više nemam poverenja u tebe. Da nisam tebe slušala ne bih bila u ovakvoj situaciji. Neko drugi bi na tvom mestu sve sredio, a ti samo pogoršavaš stvar.

"Ti **kao** da me više ne voliš" prevedeno na marsovski znači "Danas se osećam kao da me ne voliš. Uplašena sam! Od-gumula sam te od sebe. Znam da me ti zaista voliš i da si ; tako puno učinio za mene. Danas se osećam pomalo nesigurno. Hoćeš li me uveriti u svoju ljubav i reći mi te dve magične reči, Volim te'? Tako mi je lepo kada mi to kažeš." Bez rečnika, kada žena kaže "Ti kao da me više ne voliš" mu-ška-rac će to razumeti kao "Dala sam ti svoje najbolje godine, a ti meni za uzvrat nisi dao ništa. Iskorišćio si me. Ti si leden i sebičan. Radiš samo ono što se tebi radi i to za sebe, jedino za sebe. Ni do koga drugog ti nije stalo. Bila sam budala što sam se zaljubila u tebe. Sad više nemam ništa."

73

"**Uvek smo u nekoj gužvi**" prevedeno na marsovski znači "uvek smo u nekakvoj trci i jurnjavi, a ja to ne volim. Ne želim da nam je život tako užurban. Znam da to nije ničijagreška i ne optužujem te zbog toga. Znam da ti daješ sve od sebe da bismo svuda stigli na vreme i ja to veoma cenim.

Možeš li da se složiš sa mnom i da kažeš nešto kao." *Zaista* je teško uvek jurcati nekuda, Ni ja ne volim ovu neprestanu gužvu i trku."

Bez ovog prevoda, kada žena kaže "Uvek smo u nekoj gužvi" muškarac to može shvatiti kao "Izuzetno si neodgovoran. Sve radiš u poslednjem trenutku. Uz tebe ne mogu da budem srećna i opuštena. Uvek moramo da žurimo ne bismo li izbegli da zakasnimo. Ti uprskaj stvar svaki put kada sains tobom. Mnogo sam srećnija kada ti nisi u blizini.

"**Treba mi više romantike**" znači na marsovskom "Dušo, mnogo radiš u poslednje vreme. Hajde da odvojimo malo vremena i za nas. Volim kada možemo malo da se opustimo, bez dece i pritiska s posla. Ti si tako romantičan. Hoćeš li me uskoro iznenaditi buketom cveća i izvesti nekud'? Volim ponekad malo romantike.

Bez prevoda bi muškarac ženino "Treba mi više romantike" verovatno shvatio kao "Više nisam zadovoljna tobom. Nisam za-pajjena za tebe. Tvoja davno izvetrela romantičnost više nema ni-kakvu aromu. Zapravo, nikada nisi ni umeo da me ispimiš na pravi način. Volela bih da si kao drugi muškarci s kojima sam bila,"

Nakon upotrebe ovog rečnika tokom nekoliko godina, muška-rac više neće burao reagovati kada pomisli da ga žena omlađuje ili laičkuje. Počeće da shvata način na koji žene misle i osećaju. Naučiće da neke od ovih dramatičnih primedbi i žalopojki ne treba shvatati u bukvalnom smislu. One su sarao način na koji žene potpuno izražavaju svoja osećanja. Tako rade na Veneri i gospoda s Marsa to uvek moraju da imaju na pameti.

KAD MARSOVC ČUTI

Jedan od najvećih izazova za muškarce je da ispravno protumače i podrže ženu kada ona govori o svojim osećanjima. Najveći izazov za

74

žene je da ispravno protumače i podrže muškarca kada on čuti. Tišinu žene, najčešće, pogrešno tumače.

Najveći izazov za žene je da ispravno protumače i podrže muškarca kada on čuti.

Veoma često se događa da muškarac prekine svaku komunikaciju i potpuno zamukne. Takvo ponašanje je na Veneri nečuveno. U početku žena misli da se muškarac razboleo i onemelo. Misli da možda nije čuo šta je rečeno pa zato ne odgovara.

Vidite, muškarci i žene različito razmišljaju i drugačije obrađuju informacije. Žene razmišljaju naglas, deleći proces

unutrašnjih sa-znanja sa zainteresovanim slušaocem. Čak i danas će žena često otkriti šta zaista želi tokom iskrenog i otvorenog razgovora. Ovaj proces u kojem njoj misli slobodno teku, a žena ih naglas izražava pomaže joj da iscrpi sve što može iz svoje intuicije. Ovaj proces je izuzetno normalan, a često i veoma poželjan.

Međutim, muškarci bitno drugačije obrađuju informacije. Pre nego što išta kažu ili odgovore na pitanje oni prvo u tišini "promuljaju stvar" ili razmisle o onome što su čuli i videli. Skriveno od javnosti, u dubokoj tišini oni procene šta je najkorektniji ili najkorisniji odgovor. Oni ga prvo uobliče unutra, a tek onda ga plasiraju drugima. Ovaj proces može da traje minut dva, a može da potraje i satima. I da bi stvari bile još više zbunjujuće za jednu ženu, ako ne postoji dovoljno informacija na osnovu kojih bi mogao da bude sročan zadovoljavajući odgovor, muškarac možda uopšte neće ni odgovoriti.

Žene moraju da shvate da u trenucima kada muškarac ćuti, on zapravo govori "Još uvek ne znam šta da kažem, ali radim na tome da smislim valjan odgovor" Međutim, žene muškarčevo ćutanje čuju kao "Ne odgovaram ti zato što mi nije stalo do tebe i neću da obraćam pažnju na tebe. Ono što si me ti pitala je potpuno nevažno i zato ne želim da ti odgovorim."

Kako ona reaguje na njegov muk

Žene pogrešno tumače muškarčevo ćutanje. U zavisnosti od toga kako se ona oseća počće i da uobražava najgore - "On me mrzi, ne voli me i zaiivek će me oslaviti. "To može da povuče oroz

75

najgorem strahu u njoj koji glasi "Plašim se da me ne odbaci jer me onda više niko neće voleti. Ja i ne zaslužujem da me iko voli." Kada muškarac začuti veoma je lako da će žena uobraziti najgore jer su jedini trenuci kada ona zamukne oni u kojima bi ono što ona kaže bilo veoma bolno ili oni u kojima ona ne govori sa dotičnom osobom jer joj ne veruje i neće da ima nikakvog posla s njom. Nije ni čudo zašto onda žene postaju izuzetno nesigurne kada muškarac prestane da razgovara s njima.

Kada muškarac začuti veoma je lako da će žena uobraziti najgore

Kada žena sluša drugu ženu, ona će neprestano uveravati sago-vornicu da stvarno sluša i da je zaista interesuje ono što čuje. U trenucima kada onaj koji govori načini pauzu, žena će ga ohrabrivati izrazima kao "hmmm, da da, ah-ha, ili ah."

Bez ovih odgovarajućih izraza koji ohrabruju sagovornika i po-kazuju mu da biva pažljivo slušan, potpuni muk koji dolazi od strane muškarca može da deluje veoma preteče. Shvativši da muškarac ima pećinu, žene mogu da nauče kako ispravno da razumeju taj užasan muk i odgovore na njega najbolje što mogu.

Razumeti pećinu

Žene moraju dosta toga da nauče o muškarcima da bi njihov od-nos mogao da bude potpun. One moraju da shvate kako će neraspoložen muškarac iH onaj pod stresom automatski prestati da razgovara i otići u svoju "pećinu" da sredi stvari. Moraju da nauče da ulazak u pećinu nikome nije dozvoljen, čak ni muškarčevim naj-boljim prijateljima. Tako je to na Marsu. Žene ne bi trebalo da se plaše i preišljaju nisu li učinile nešto jako loše. One postepeno mo-rajaju da prihvate kako će muškarac brže izaći iz pećine i kako će sve biti kao i pre ako mu one jednostavno dopuste da ode i boravi neko vreme u svojoj pećini.

Ovu lekciju žene teško savlađuju jer zlatno pravilo na Veneri glasi da nikako ne treba napustiti prijateljicu koja je loše volje. Za nju nikako ne može da bude izraz ljubavi to što će na neko vreme da napusti svog voljenog, utučenog, Marsovca. Upravo zato što brine za njega, žena bi htela da ude u pećinu i ponudi mu pomoć.

76

Da bi stvar bila još gora, ona pogrešno pretpostavlja da će se muškarac bolje osećati ako mu bude postavila gomilu pitanja, uverivši ga da će brižno i pažljivo saslušati sve što on ima da kaže. A to sve oneraspoloži Marsovca još više. Ona nagoni želi da ga podrži na način na koji bi ona volela da bude podržana. Njene su namere dobre, ali je rezultat ovakvog čina porazan.

I muškarci i žene moraju da prestanu jedni drugima da nude one metode brige o partneru, koje njima najviše odgovaraju, te da počnu da uče i da razumevaju različite načine na koje njihovi partneri razmišljaju, osećaju i reaguju.

Zašto muškarci odlaze u svoje pećine

Muškarci odlaze u pećine ili ćute iz više razloga:

1. Njemu je potrebno da razmisli o problemu i pronađe praktično rešenje tog problema.
2. U tom času on ne zna odgovor na pitanje i nema rešenje problema. Nikada neće čuti "U, bato, nemam pravi odgovor, idem u svoju pećinu da ga pronadem." Drugi muškarci pretpostavljaju da je on već otišao čim je postao ćutljiv.
3. Duboko je neraspoložen ili je pod stresom. U tim trenucima neophodno mu je da ostane sam, ohladi se i uspostavi kontrolu nad sobom. Ne želi da učini ih da kaže nešto zbog čega će kasnije da zažali.
4. Potrebno mu je da iznova pronađe sebe. Ovaj četvrti razlog postaje veoma važan kada su muškarci zaljubljeni. U to vreme oni se često gube i zaboravljaju na sebe. Osećaju da prevelika intimnost potkrada njihove moći. Oni moraju da prilagode količinu bliskosti koju mogu da podnesu. Kad god priđu toliko blizu da su u opasnosti da izgube sami sebe, oglašava se alarmno zvono i oni se odmah nađu na putu do svoje pećine. Tamo se ponovo podmlade i vrate voljenom, moćnom sebi.

77

Zašto žene pričaju

Žene pričaju iz različitih pobuda. Ponekad su to isti oni motivi koji muškarce nateraju da začute. Evo četiri uobičajena razloga zbog kojih žene imaju potrebu za razgovorom:

1. Da bi prenele i skupile potrebne informacije. (Uopšteno govoreći ovo je jedini razlog zbog kojeg muškarac ulazi u razgovor.)
2. Da bi istražile i otkrile šta zapravo hoće da kažu. (On prestaje da govori ne bi li odmerio i iznutra dobro izvagao šta hoće da kaže. Ona govori da bi glasno razmišljala.)
3. Da bi se osetila bolje i usredsredila u trenucima kada je loše rapoložena. (On prestaje da govori kada je loše volje. U svojoj pećini ima priliku da se ohladi.)
4. Da bi stvorila intimnu atmosferu. Deleći svoja unu-trašnja osećanja ona je u stanju da spozna svoje voljeno ja. (Marsovac prestaje da govori da bi ponovo pronašao samog sebe. Previše bliskosti, plaši se on, ponovo će ga oteti od svog voljenogja.)

Bez ovog neophodnog razumevanja naših razlika i potreba mnogi će parovi često biti u sukobu

Kad Zmaj Opeće

Za ženu je veoma važno da shvati kako ne treba ni da pokušava da natera muškarca na razgovor pre nego što je on spreman na to. Dok smo razmatrali ovu temu na jedriom od mojih seminara, indi-janka koja je bila u grapi s ostalima prisetila se da su u njihovom plemenu majke podučavale mlade devojkice pred udaju da uvek imaju na pameti da će se muškarac kad god bude smrknut i neraspoložen povući u svoju pećinu. I devojkice to ne treba da shvate lično jer se ova stvar inače događa s vremena na vreme. Njegov odlazak ne znači da on nju više ne voli. Majke su uveravale mlade devojkice da će se on vra-titi. Ali najvažnije je to što su ih iskusne žene upozoravale da nikada ne prate muškarca u pećinu. Ukoliko ona ipak pođe za njim opeći će je zmaj koji čuva muškarčevu pećinu.

78

Nikada nemojte ići u muškarčevu pećinu jer će vas opeći zmaj koji je čuva.

Ukoliko žena bude pratila muškarca u njegovu pećinu doći će do potpuno nepotrebno sukoba. Žene jednostavno ne mogu da shvate daje muškarcu, ondakadaje neraspoložen, zaistapotrebno da bude sam, u miru i tišini. Kada se muškarac povuče u svoju pećinu žena prosto ne shvata šta se događa. Ona po prirodi stvari pokušava da ga navede na razgovor. Ukoliko je u pitanju neki problem ona će muškarcu pokušati da ugoditi tako što će ga izvući iz pećine i po-razgovarati o tegobama koje ga muče.

Ona će upitati "Nešto nije u redu?" A on će odgovoriti "Ne, sve je kako treba." Medutim, ona oseća da je on smrknut. Pita se zbog čega on suzdržava svoja osećanja. Umesto da ga pusti da odradi šta treba unutar svoje ćelije ona ne znajući prekida njegov unutarnji proces. "Vidim da ti nešto smeta. Hoćeš U mi reći šta je to?"

On kaže "Ma, nije ništa."

Ona kaže "Nije da nije ništa. Nešto ti smeta, to je sigurno. Reci mi, kako ti je."

On odgovara "Rekao sam ti - u redu sam, dobro mi je. Hoćeš li sad da me pustiš na miru."

Ona onda kaže "Zašto se takb ponašaš prema meni. Više uopšte i ne razgovaraš sa mnom. Ne znam kako ti je, ne znam ni šta osećaš. Ne voHš me više. Osećam se kao da sam odbačena."

Na ovoj tački on gubi kontrolu i počinje da govori stvari zbog kojih će kasnije gorko zažaliti. Njegov zmaj izlazi iz pećine i počinje da bljuje vatru koja će nju gadno opeći.

KADA TO MUŠKARCI RAZGOVARAJU

Žene dobijaju opekotine od strašnog zmaja ne samo kada naruše muškarčevo sveto tlo unutrašnjeg samoposmatranja, već i kada po-grešno protumače njegove uopštene opomene da se već nalazi u pećini ih je na putu da ode u nju. Na pitanje "Štaje bilo?" on će samo odgovoriti "Ništa" ili "Sve je u redu".

Ovi kratki, jedva primetni signali, obično su jedini način da Venerijanke shvate kako muškarca treba pustiti da na miru sredi

79

svoja osećanja. Umesto da kaže "ja sam nerapoložen i potrebno mi je da budem sam na izvesno vreme" on će jednostavno začutati. Pokazaćemo šest primera ovih skraćenih signala upozorenja na koje žena obično iz neznanja odgovori nametljivo i bez razumevanja prave prirode svog partnera.

ŠEST UOBIČAJENIH KRATKIH SIGNALA UPOZORENJA

Kada žena pita "Šta je bilo?" **Muškarac kaže:** **Zeno odgovara:**

"SvejeO.K." ili "O.K.sam."

"Ureduje" ili "Uredusam."

"Ma, nije to ništa."

"Dobro je" iU "Dobro sam."

"Ma, ništa strašno."

"Nije problem,"

"Znam da nešto nije u redu. Hoćeš li mi reći šta je to?"

"Ali ti mi izgledaš neraspolo-ženo. Hajde da porazgova-ramo malo."

"Hoću da ti pomognem ako mogu. Znam da si se nečim opteretio. Interesuje me čime?"

"Jesi li siguran. Bila bih veoma srećna kad bih mogla da ti pomognem."

"Da, ali nešto te nervira. Mislim da bi trebalo da po-razgovaramo o tome."

"Ali to očigledno jeste problem. Možda bih ja mogla da ti pomognem?"

Kada muškarac da neki od ovih skraćenih komentara on obično želi malo tišine, ćutljivog odobravanja i slobodnog mesta. Da bi izbegla pogrešnu interpretaciju i nepotrebnu paniku svaka Venerijanka je onda uzimala *Marsovsko-Venerijanski rečnik fraza i izraza*. Bez pomoći ovog rečnika, žene pogrešno tumače ove skraćene opomena.

80

Žene moraju znati da kada muškarac kaže "Dobro sam" to predstavlja skraćenu verziju onoga što on zaista misli, a što bi u punom obliku glasilo: "Dobro sam zato što s ovim stvarima mogu i sam da izađem na kraj. Nije mi potrebna nikakva pomoć. Podrži me tako što se nećeš brinuti za mene. Veruj mi da sam mogu da se nosim s ovim što se pojavilo."

Bez ovog prevoda kada on kaže "Dobro sam" to njemu zvuči kao da on poriče svoja sopstvena osećanja ili probleme koji ga opsesuju. Onda ona pokušava da mu pomogne tako što mu postavlja pitanja i navodi razgovor na onu stranu na kojoj po njenom uverenju leži problem koji ga muči. Ona ne shvata da muškarac u tom trenutku govori u skraćenicama. Ovde ćemo zato prikazati neke isečke iz izgubljenog rečnika.

Marsovsko-Venerijanski rečnik fraza i izraza.

"O.K. **sam**." prevedeno na Venerijanski znači "Ja sam O.K. i mogu da izađem na kraj sa mukom koja me je pritisla.

Hvala ti, ali nikakva pomoć mi nije potrebna.

Bez ovog prevoda kada muškarac kaže "O.K. sam" ona će to čuti kao "Nisam neraspložen jer me je i inače baš briga" ili "Nemam volje da s tobom podelim osećanja koja me pritiskaju. Ne verujem da bi ti išta mogla da učiniš za mene."

"**U redu je**" prevedeno na Venerijanski znači "Sve je u redu zato jer se uspešno nosim sa svojim lošim raspoloženjem i problemima. Pomoć mi ne treba. Ako mi bude trebala ja ću je i tražiti."

Bez pomoći rečnika žena će ovo "U redu je" protumačiti kao "Uopšte me ne interesuje šta se oko mene događa. Ovaj problem mi ni malo nije važan, pa čak iako to tebe brine. Ne marim za sve to."

"**Ma, nije to ništa**" prevedeno na Venerijanski znači "Ne muči me ništa što ja ne bih mogao sam da rešim. Molim te nemoj više da mi postavljaš pitanja u vezi s tim.

Bez ovog prevoda, kada on kaže "Ma, nije to ništa" ona shvata da je rekao "Ne zham šta me muči. Potrebna su mi tvoja pitanja ne

81

ovom trenutku ona nastavlja da ga ljuti ne prestajući da mu postavlja pitanje za pitanjem dok bi on želeo da bude ostavljen na miru.

"**Dobro je**" prevedeno na Venerijanski znači "Ovo jeste problem, ali ti ne treba zbog toga da se sekiraš. Moći ću i sam da ga razrešim ako me ti ne budeš prekidala pitanjima i svojim sugestijama. Jednostavno, ponašaj se kao da se ništa nije dogodilo i ja ću sve sam da rešim.

Bez pomoći rečnika Venerijanka će "Dobro je" shvatiti kao "To je tako kako treba da bude. I tu ništa ne treba menjati. Ti možeš da grdiš mene i ja mogu da grdim tebe ali nikave vajde od toga nema" ili će Venerijanka "Dobro je" protumačiti kao "Ovog puta je u redu, bilo pa prošlo, ali zapamti da je to bila tvoja greška. To možeš jednom da napraviš, ali drugi put i ubuduće se čuvaj."

"**Ma, ništa strašno**" prevedeno na Venerijanski znači "Ma, to nije ništa strašno jer će sve ponovo biti kako treba. Nemojmo više da se zadržavamo na tome. To me čini nerazgovornim. Pošto sam prihvatio svoju odgovornost za rešavanje ovog problema biću veoma srećan i da ga zaista rešim.

Bez ovog prevoda "Ma, ništa strašno" ona čuje kao "Nemoj ni od čega da praviš veliki problem. Tebe se uvek tiču neke nevažne stvari. Ne preteruj."

"**Nije problem**" prevedeno na venerijanski znači "Nemam nikakvih prepreka u rešavanju ovih problema. Zadržavanje mi je da ti ponudim ovaj poklon."

Bez rečnika kada on kaže "Nije problem" ona može to da protumači kao "Ovo zaista nije problem. Zašto ga ti onda praviš nudeći mi pomoć?" Ona mu onda, grešeći, objašnjava zašto to ipak jeste problem.

Upotreba *Marsovsko-Venerijanskog rečnika fraza i izraza* može ženama da pomogne da lakše razumeju šta muškarci zaista misle kada počnu da se izražavaju u skraćenicama. Ponekad on kaže sasvim suprotno od onoga što ona razume.

82

STA UČINITI KADA ON ODE U PEĆINU

Kada sam na svojim seminarima objašnjavao pećine i zmajevu, žene su želele da znaju kako da skrate vreme koje muškarac provodi u pećini. Tada bih ja od muškaraca obično tražio da odgovore na ovo pitanje, a oni bi odgovarali da što više žene pokušavaju da ih odatle izvuku oni duže ostaju unutra.

Drugi uobičajeni komentar koji muškarci daju jeste "Teško mi je da izađem iz pećine kada vidim da moja supruga ne odobrava moj