

## CAPITOLUL 1

### BĂRBAȚII VIN DE PE PLANETA MARTE, IAR FEMEILE, DE PE PLANETA VENUS

Să ne imaginăm că bărbații vin de pe Marte, iar femeile de pe Venus. Cândva, demult, privind prin telescoapele lor, marțienii le-au descoperit pe venusiene. Simpla lor vedere le-a trezit sentimente pe care nu le mai încercaseră până atunci. S-au îndrăgostit și-au inventat rapid călătoriile spațiale – au zburat spre Venus.

Venusienele i-au întâmpinat pe marțieni cu brațele deschise. Ele intuiseră că va veni această zi. Sufletele lor s-au deschis pentru o iubire pe care nu o mai cunoscuseră vreodată.

Dragostea dintre venusiene și marțieni a fost miraculoasă. Erau încântați să fie împreună, să lucreze împreună și să-și împărtășească gândurile. Deși proveniți din lumi diferite, pe ei îi delecta tot ce îi diferenția. Au petrecut luni întregi învățând să se cunoască, explorându-se și analizându-și nevoile, preferințele și modelele comportamentale diferite. Ani de zile au trăit împreună în dragoste și armonie.

Apoi au decis să zboare către Pământ. La început totul a fost minunat și frumos. Dar efectele atmosferei pământene s-au făcut simțite și, într-o zi, toată lumea s-a trezit cuprinsă de o amnezie de un tip special – *o amnezie selectivă!*

Atât marțienii cât și venusienele au uitat că proveneau de pe planete diferite și era normal ca și ei să se deosebească. Într-o bună zi, tot ce aflaseră despre diferențele dintre ei li s-a șters din memorie. Și, din acea zi, bărbații și femeile au intrat în conflict.

### SĂ NE AMINTIM DE DEOSEBIRILE DINTRE NOI

Dacă nu sunt conștienți de faptul că suntem concepuți astfel încât să ne deosebim unii de alții, între bărbați și femei vor exista conflicte. De obicei ne supărăm și ne simțim dezamăgiți de celălalt sex fiindcă uităm acest adevăr important. Ne așteptăm ca sexul opus să ne fie cât mai asemănător. Dorim să „vrea ceea ce vrem și noi” și să „simtă ceea ce simțim și noi”.

Presupunem în mod greșit, când partenerii noștri ne iubesc, că ei vor reacționa și se vor comporta într-un anume fel – felul în care reacționăm și ne comportăm și noi când iubim pe cineva. Această

atitudine ne determină să fim dezamăgiți în permanență și ne împiedică să acordăm suficient timp pentru a discuta cu afecțiune despre diferențele dintre noi.

---

**Noi presupunem în mod eronat că  
dacă partenerii ne iubesc,  
ei vor reacționa și se vor comporta  
într-un anume fel – felul în care reacționăm  
și ne comportăm noi când iubim pe cineva.**

---

Bărbații greșesc așteptându-se ca femeile să gândească, să comunice și să reacționeze la fel ca ei; femeile greșesc așteptând ca bărbații să simtă și să reacționeze așa cum fac ele. Noi am uitat că bărbații și femeile trebuie să fie diferiți. De aceea, în relațiile noastre apar frecvent fricțiuni și conflicte inutile.

Recunoscându-le cu claritate, respectând aceste diferențe, se reduce în mod substanțial confuziile în relațiile cu sexul opus. Dacă îți amintești că bărbații provin de pe Marte, iar femeile, de pe Venus, totul poate fi explicat.

## **O TRECERE ÎN REVISTĂ A DIFERENȚELOR**

Pe parcursul acestei cărți voi discuta foarte amănunțit deosebirea dintre sexe. Fiecare capitol vă va oferi cunoștințe noi și fundamentale pe care le vom explora:

În capitolul 2 vom analiza modul în care valorile bărbaților se deosebesc în mod inerent de cele ale femeilor și vom încerca să înțelegem cele două greșeli principale pe care le facem în relațiile cu sexul opus: bărbații oferă fără rost soluții și neglijează sentimentele, în timp ce femeile oferă sfaturi și indicații care nu le-au fost solicitate. Prin înțelegerea originilor noastre diferite, devine evident de ce bărbații și femeile fac, *fără să-și dea seama*, aceste greșeli. Amintindu-ne aceste diferențe, ne putem corecta greșelile și putem răspunde unul altuia mai eficient.

În capitolul 3 vom descoperi modul diferit în care bărbații și femeile fac față stressului. În timp ce marțienii tind să se retragă și să se gândească în tăcere la ceea ce-i deranjează, venusienele simt o nevoie instinctivă de a vorbi despre problemele lor. Veți afla noi strategii pentru a obține ceea ce doriți în aceste momente de tensiune.

Vom studia cum să-i îndreptăm pe cei de sex opus în capitolul 4. Bărbații se justifică atunci când se simt necesari, pe când femeile se simt prețuite. Vom discuta cele trei etape de îmbunătățire a relațiilor și vom vedea cum să depășim cele mai mari dificultăți ale noastre: bărbații trebuie să-și înfrângă reținerea de a oferi afecțiunea, în timp ce femeile trebuie să-și depășească reținerea de a o primi.

În capitolul 5 veți afla despre neînțelegerile dintre bărbați și femei, datorate faptului că vorbesc limbi diferite. Vă este pus la dispoziție un *dicționar frazeologic marțian-venusian* pentru traducerea celor mai frecvente expresii. Veți vedea cum bărbații și femeile vorbesc sau tac din motive complet diferite. Femeile vor învăța ce să facă atunci când un bărbat se oprește din vorbit, iar bărbații vor învăța cum să asculte mai bine, fără să se simtă frustrați.

În capitolul 6 veți descoperi cum bărbații au nevoie de un alt fel de intimitate. Un bărbat se apropie, dar inevitabil trebuie să se retragă. Femeile vor învăța cum să sprijine acest proces de retragere, astfel încât bărbatul să revină la ele ca un elastic. Ele vor afla, de asemenea, care sunt cele mai bune momente pentru a purta conversații intime cu un bărbat.

Vom studia în capitolul 7 modul cum fazele afectivității feminine cresc și descresc ritmic, într-o mișcare ondulatorie. Bărbații vor învăța cum să interpreteze corect aceste fluctuații uneori neașteptate. Ei vor învăța, de asemenea, să-și dea seama când este mai multă nevoie de ei și arta de a acorda sprijin în acele momente fără a fi nevoie să facă sacrificii.

În capitolul 8 veți descoperi că bărbații oferă genuri de afecțiune de care au ei nevoie și nu cel de care are nevoie sexul opus. Bărbații au nevoie în primul rând de o dragoste care să se bazeze pe încredere, acceptare și admirație. Necesitatea principală a femeilor este o dragoste care să implice grijă, înțelegere și respect. Veți descoperi șase din cele mai frecvente cazuri în care vă îndepărtați partenerul în mod inconștient.

În capitolul 9 vom vedea cum să evităm discuțiile neplăcute. Bărbații vor afla că, acționând ca și cum ar avea întotdeauna dreptate, ei pot să anihileze sentimentele femeilor. Femeile vor afla că transmit în mod inconștient mesaje de dezaprobare în locul celor de nepotrivire, declanșând astfel reacții de apărare din partea bărbatului. Va fi studiată anatomia unei dispute și vor fi oferite numeroase sugestii practice pentru stabilirea unei comunicări eficiente.

În capitolul 10 se va arăta modul diferit în care bărbații și femeile apreciază faptele partenerului. Bărbații vor afla că pentru venusiene fiecare atenție are aceeași însemnătate, indiferent de dimensiune. În loc să se concentreze asupra unui dar însemnat, bărbaților li se amintește că micile expresii ale afecțiunii sunt la fel de importante. Sunt enumerate 101 feluri de a marca puncte în relațiile cu femeile. Femeile sunt învățate, în schimb, să-și orienteze energiile în direcții care au însemnătate pentru bărbați, oferindu-le ceea ce-și doresc aceștia.

În capitolul 11 veți învăța moduri de a comunica unul cu altul în momentele dificile. Sunt discutate modurile diferite în care bărbații și

femeile își ascund sentimentele și se arată importanța împărtășirii sentimentelor. Este recomandată Tehnica Scrisorii de Dragoste pentru exprimarea unor sentimente negative față de parteneri, ca un mod de a găsi mai multă dragoste și înțelegere.

Veți înțelege din capitolul 12 de ce venusienelor le este mai greu să ceară sprijin și de ce marțienii se opun de obicei solicitărilor. Veți afla cum expresiile „n-ai putea” și „poți” îi irită pe bărbați și ce formule să folosiți în schimb. Veți deprinde secrete de a stimula un bărbat să dea mai mult și veți descoperi avantajele de a fi concis, direct și de a utiliza o exprimare corectă.

În capitolul 13 veți descoperi cele patru anotimpuri ale dragostei. Această perspectivă realistă a felului în care se schimbă și evoluează vă va ajuta să depășiți obstacolele inevitabile care apar în orice relație. Veți vedea cum trecutul dumneavoastră sau al partenerului vă poate afecta relația și veți descoperi moduri de a întreține viu miracolul dragostei.

În fiecare capitol al acestei cărți veți descoperi noi secrete pentru a realiza legături afectuoase și de durată. Fiecare nouă descoperire va spori capacitatea dumneavoastră de a avea relații care să vă satisfacă.

## **BUNELE INTENȚII NU SUNT SUFICIENTE**

A te îndrăgosti este întotdeauna un miracol. Pare ceva etern ca și cum dragostea va dura pe vecie. Noi credem în mod naiv că suntem cumva scutiți de problemele pe care le-au avut părinții noștri, nefiind îngrijorați că dragostea se va stinge. Suntem siguri că așa trebuie să fie și că urmează să trăim întotdeauna fericiți.

Dar pe măsură ce magia se stinge și viața zilnică își intră în drepturi, iese la iveală faptul că bărbații continuă să ceară femeilor să gândească și să reacționeze ca ei, iar femeile așteaptă de la bărbați să se poarte ca ele. Fără o cunoaștere limpede a diferențelor dintre noi, nu acordăm suficient timp pentru a ne înțelege și a ne respecta unii pe alții. Devenim pretențioși, iritați, acuzatori și intoleranți.

Cu toate intențiile bune, dragostea continuă să moară. Problemele curente reușesc cumva să se infiltreze. Se acumulează resentimentele. Comunicarea se degradează. Neîncrederea sporește. Rezultă respingerea și evitarea. Miracolul dragostei este pierdut.

Ne întrebăm pe noi înșine:

*Cum se întâmplă asta?*

*De ce se întâmplă asta?*

*De ce ni se întâmplă nouă?*

Pentru a răspunde acestor întrebări, cei mai celebri gânditori au elaborat strălucite și complexe sisteme filozofice și psihologice. Totuși, vechiul model revine. Dragostea moare. Se întâmplă aproape tuturor.