

# 1

S K Y R I U S

## VYRAI KILĘ IŠ MARSO, MOTERYS – IŠ VENEROS

Įsivaizduokite, kad vyrai kadaise gyveno Marse, o moterys – Veneroje. Kartą labai seniai marsiečiai, žvalgydamiesi pro savo teleskopus, atrado Venerą ir pastebėjo jos gyventojas. Šios iš pirmo žvilgsnio sužadino marsiečiams nežinomus jausmus – jie įsimylėjo. Netrukus marsiečiai išrado kosminį laivą ir nuskrido į Venerą.

Venerietės pasitiko juos išskėstomis rankomis. Jos nujautė, jog tokia diena ateis. Veneriečių širdys sulaukė dar nepatirtos meilės.

Veneriečių ir marsiečių meilė buvo nuostabi. Jie žavėjosi ir buvimu drauge, ir bendra veikla, ir dalijimusi viskuo. Žinodami, jog yra kilę iš skirtingų pasaulių, jie brangino savo skirtumus ir jais gėrėjosi. Kartu gyvendami venerietės ir marsiečiai stengėsi pažinti vieni kitus, tyrinėjo ir vertino savo skirtingus poreikius, pomėgius bei elgseną. Meilės kupinas, darnus jų gyvenimas truko daugelį metų.

Tada jie nusprendė skristi į Žemę. Iš pradžių viskas ėjosi kuo puikiausiai. Bet po kiek laiko dėl Žemės atmosferos poveikio vieną rytą visi pabudo paveikti tam tikros rūšies užmaršumo – *selektyviosios amnezijos!*

Ir marsiečiai, ir venerietės užmiršo esą kilę iš skirtingų planetų ir nustebo, kad yra nevienodi. Vienas rytas iš žmonių atminties ištrynė viską, ką jie žinojo apie savo skirtumus. Nuo tada vyrai ir moterys nesutaria.

## ATMINKIME SAVO SKIRTUMUS

Vyrai ir moterys, neįsisąmoninę, kad jie turi būti skirtingi, netiks vienas kitam į porą. Mes piktinamės arba nusiviliame priešinga lytimi, nes pamirštame šią svarbią tiesą. Viliamės priešingą lytį būsiant labiau į mus panašią. Trokštame, jog jis (ji) „norėtų to paties, ko ir mes“, „jaustų tą patį, ką ir mes“.

Klystame manydami, kad jei partneris mus myli, tai jis elgsis taip, kaip mes elgiamės su mylimu žmogumi. Todėl bendraudami su partneriu dažnai patiriame nusivylimą ir nesugebame tinkamą akimirką švelniai pasišnekėti apie savo skirtumus.

---

**Klystame manydami, kad jei partneris mus myli, tai jis elgsis taip, kaip mes elgiamės su mylimu žmogumi.**

---

Vyrai klysta, kai mano, esą moterys mąsto, bendrauja ir reaguoja kaip jie, o moterys klysta, kai tiki, esą vyrai jaučia, bendrauja ir reaguoja kaip jos. Mes užmiršome, kad vyrai ir moterys turi būti skirtingi. Dėl to mūsų tarpusavio santykiuose atsirado trinties ir įvairių nesusipratimų.

Aiškiai suvokus ir pripažinus esamus skirtumus, galima išvengti daugelio nesusipratimų bendraujant su priešinga lytimi. Viskas susitvarkys, jei atminsime, kad vyrai yra kilę iš Marso, o moterys – iš Veneros.

## MŪSŲ SKIRTUMŲ APŽVALGA

Knygoje išsamiai papasakosiu apie mūsų skirtumus. Kiekviename skyriuje sužinosite ką nors nauja, esminga. Štai pagrindiniai skirtumai, kuriuos tyrinėsime.

Antrame skyriuje aiškinsiu, kuo iš prigimties skiriasi vyrų ir moterų vertybės, ir bandysiu iškelti dvi didžiausias klaidas, daromas

bendraujant su priešinga lytimi: vyrai klysta, kai siūlo sprendimus ir sumenkina jausmus, o moterų klysta, kai lenda su neprašytais patarimais ir nurodymais. Marsietiška ar venerietiška prigimtis paaiškina, kodėl vyrai ir moterų *nesąmoningai* daro tokias klaidas. Atmindami savo skirtumus, išvengtume klaidų ir daug sėkmingiau bendrautume tarpusavyje.

Trečiame skyriuje sužinosite, kaip nevienodai vyrai ir moterų kovoja su stresu. Marsiečiai linkę pasitraukti nuošalin ir vienumoje apmąstyti, kas gi jiems trukdo, o venerietės jaučia nenugalimą poreikį išsikalbėti. Išmoksite rasti išeitį iš konfliktinės situacijos.

Ketvirtame skyriuje papasakosiu, kaip dera paskatinti priešingą lytį. Vyrai gauna paskatą, kai jaučiasi esą reikalingi, moterų – kai jaučiasi mylimos. Aptarsime tris tarpusavio santykių tobulinimo lygmenis ir aiškinsimės, kaip nugalėti save: tam tikroje situacijoje vyrams reikia prisiversti teikti meilę, o moterims privalu prisiversti ją priimti.

Penktame skyriuje aptarsime, kaip vyrai ir moterų neadekvačiai vienas kitą supranta, nes kalba skirtinga kalba. Pateikiamas „Veneriečių–marsiečių posakių žodynėlis“ padės išsiversti klaidingai suprantamus žodžius. Sužinosite, ką paprastai sako vyrai ir moterų, maža to, jie net tyli dėl skirtingų priežasčių. Moterų sužinos, ką daryti, kai vyrai nustoja kalbėti, o vyrai išmoks atidžiai ir nesierzindami klausytis.

Šeštame skyriuje patirsite, kuo skiriasi vyrų ir moterų artumo poreikis. Vyras priartėja, bet vėliau neišvengiamai turi atitolti. Moteris išmoks išverti vyro atitolimo laiką, kai įsitikins, kad jis visada grįžta atgal, tarsi būtų pririštas gumele. Be to, moterų sužinos, kaip pasirinkti geriausią laiką nuoširdžiam pokalbiui su vyru.

Septintame skyriuje papasakosiu apie moterų jausmų bangavimą. Vyrai išmoks reikiamai suprasti staigią jos jausmų kaitą. Be to, sužinos, kada jie moteriai labiausiai reikalingi ir kaip galėtų tomis akimirkomis jai padėti.

Aštuntame skyriuje paaiškinsiu, kokios meilės troškta vyrai ir moterys ir kokia meilė priešingai lyčiai nepatinka. Vyrai labiausiai nori pasitikėjimo, pripažinimo ir įvertinimo, moterys – supratimo ir pagarbos. Sužinosite, kaip patenkinti šešis svarbiausius savo partnerio poreikius.

Devintame skyriuje mokysitės išvengti skausmingų ginčų. Vyrai sužinos, kad elgdami taip, lyg jie visada būtų teisūs, gali užgauti moterų jausmus. Moterys įsitikins, kad jos nejučiomis siunčia prieštarigus signalus, todėl vyrai pereina į gynybą. Ginčų prigimtis nuosekliai tyrinėjama, pateikiant konkrečių pamokomų pokalbių pavyzdžių.

Dešimtame skyriuje aptarsime, kuo skiriasi vyrų ir moterų vertinimo kriterijai. Vyrai sužinos, kad moterys vienodai vertina visas meilės apraiškas. Joms tiek pat verta ir didelė dovana, ir koks nors mielas mažmožis. Šiame skyriuje nurodomas 101 būdas, kaip galima pelnyti taškų pagal moters vertinimo sistemą. Moterys savo ruožtu išmoks jėgas skirti tam, ką vyrai labiausiai vertina.

Vienuoliktame skyriuje įgusite bendrauti vienas su kitu sunkiais laikotarpiais. Jame rašau apie dalijimosi jausmais svarbą ir pateikiu pavyzdžių, kaip vyrai ir moterys slepia savo jausmus. Meilei ir atlaidumui stiprinti siūlau „meilės laiško“ rašymo techniką kaip būdą neigiamiems jausmams reikšti.

Dvyliktame skyriuje aiškinsiu, kodėl moterims kartais būna sunku prašyti pagalbos ir kodėl vyrai paprastai priešinasi prašymams. Sužinosite, kaip vyrus veikia žodžiai „ar tu galėtum...“, „ar gali...“ ir ką sakyti vietoj jų. Išmoksite vyrą paskatinti ir suprasite, kaip svarbu kalbėti glaustai, tiesiogine prasme ir parenkant tinkamus žodžius.

Tryliktame skyriuje papasakosiu apie keturis meilės sezonus. Šis vaizdas meilės kaitos ir augimo aprašymas padės jums įveikti nematomas kliūtis, kurių visuomet atsiranda bendraujant. Sužinosite, kaip jūsų pačių ar jūsų partnerio praeitis gali paveikti dabarties

santykius, ir įgysite supratimą apie kitus svarbius dalykus, palai-kančius meilės gyvastį.

Knygoje nėra nė vieno skyriaus, kuriame nesužinotumėte paslap-čių, kaip formuoti kupinus meilės ir tvirtus tarpusavio ryšius. Su kiekvienu nauju atradimu jūsų gebėjimas bendrauti vis tobulės.

## **VIEN GERŲ NORŲ NEPAKANKA**

Visuomet nuostabu įsimylėti. Atrodo, kad tai nekintama būseną, ir ji truks amžinai. Mes naiviai tikime, kad mūsų kažkodėl neištiks tėvų patirtos nesėkmės, manome, jog meilė niekada neišblės, pasitikime savimi ir galvojame, kad nuo šiol mums lemta gyventi laimingai.

Bet kai kerai sklaidosi ir nugali kasdienybė, pasirodo, kad vyrai ir toliau tikisi, jog moterys galvos ir reaguos kaip jie, o moterys lau-kia to paties iš vyrų. Aiškiai neįsisąmoninus savo skirtumų, nelieka vietos savitarpio pagarbai ir supratimui. Pasidarome reiklūs, pagie-žingi, linkę teisti ir nepakantūs.

Net turint geriausių ketinimus, apmaudas didėja, tarpusavio santykiai blogėja, nepasitikėjimas auga, ima reikštis prieštarin-ki tados nuslopinti jausmai. Meilės žavesys dingsta. Tuomet klausiamo savęs:

Kaip tai įvyko?

Kodėl tai įvyko?

Kodėl tai atsitiko mums?

Ieškodami atsakymų į šiuos klausimus, žymiausi protai sukūrė labai puikių ir išsamių filosofinių bei filologinių modelių. Tačiau žmonės elgiasi senoviškai, ir meilė miršta. Taip atsitinka kone kiekvienam.

Kasdien milijonai žmonių ieško partnerio, kad patirtų tą ypatingą meilės jausmą. Kismet milijonai porų tuokiasi mylėdamos, o vė-liau skausmingai skiriasi, nes vienas jau nebemyli kito.

Iš tų, kurie myli pakankamai stipriai tam, kad susituoktų, tik 50 proc. lieka santuokoje. Maždaug pusė tų, kurie liko drauge, yra nepatenkinti. Pareiga ir ištikimybė verčia gyventi kartu, skrybos juos baugina.

Iš tikrųjų tik nedaugelis sugeba ir moka tobulinti bei puoselėti jausmus. Tačiau tokių yra. Kai vyrai ir moterys pripažįsta ir vertina savo skirtumus, meilė žydėte žydi.

---

**Kai vyrai ir moterys pripažįsta ir vertina  
savo skirtumus, meilė žydėte žydi.**

---

Perpratus priešingos lyties savitumus, neliks kliūčių mylėti ir būti mylimiems. Pripažindami ir vertindami savo skirtumus, rasime tinkamus sprendimus ir pasieksime tai, ko norime. Dar svarbiau – mes išmoksime kaip reikiant mylėti artimus žmones ir jiems padėti.

Meilė bus nuostabi ir niekada nesibaigs, jei atminsime savo skirtumus.

# 2

S K Y R I U S

## **PONAS TAISYTOJAS IR NAMŲ TOBULINIMO KOMITETAS**

Moterys dažniausiai skundžiasi, kad vyrai jų nesiklauso. Vyras arba visai ignoruoja jos šneką, arba, išklauses kelis sakinius ir savaip supratus, kas ją jaudina, išdidžiai užsimaukšlina Pono Taisytojo kepurę ir siūlo, kaip būtų galima išspręsti problemą. Jis sutrinka, kai ji neįvertina jo meilės ženklo. Kad ir kiek kartų ji priekaištautų, jog jis jos nesiklauso, jis vis tiek elgsis taip pat. Ji trokšta įsijautimo, o jis mano, kad jai reikia padėti apsispręsti. Vyrų dažniausiai skundžiasi tuo, jog moterys visuomet bando juos pakeisti. Kai moteris myli vyrą, ji jaučia atsakomybę už jo tobulėjimą ir stengiasi pagerinti jo veiklą. Ji virsta tarsi Namų Tobulinimo Komitetu, ir vyras atsiduria jos dėmesio centre. Kad ir kiek jis atsisakinėtų pagalbos, ji užsispyrusi laukia menkiausios progos jam padėti arba nurodyti, ką daryti. Jai atrodo, kad ugdo jį, o jis jaučiasi esąs kontroliuojamas. Iš tikrųjų jam tereikia jos pritarimo.

Tik supratus, kodėl vyrai siūlo sprendimus, o moterys siekia vyrus tobulinti, šias dvi problemas galima išspręsti. Įsivaizduokime, kad grįžtame į tuos laikus, kai marsiečiai ir venerietės dar nebuvo atradę vieni kitų ir atvykę į Žemę. Stebėdami gyvenimą Marse ir Veneroje, patyrinėsime vyrų ir moterų savitumus.