

ДЖОН  
ГРЭЙ

Марс и Венера:  
как сохранить любовь



СОФУСЯ

Джон Грэй

**Марс и Венера. Как  
сохранить любовь**

«София Медиа»

2003

УДК 159.9  
ББК 88.4

**Грэй Д.**

Марс и Венера. Как сохранить любовь / Д. Грэй — «София Медиа», 2003

ISBN 978-5-906791-36-8

«Как сохранить любовь» – это квинтэссенция потрясающих идей, изложенных в мировом бестселлере «Мужчины с Марса, женщины с Венеры». Эта книга – прекрасный подарок для вас и вашего любимого человека. Она полна практических советов о том, как создать и поддерживать здоровые и наполненные любовью отношения.

УДК 159.9  
ББК 88.4

ISBN 978-5-906791-36-8

© Грэй Д., 2003  
© София Медиа, 2003

## Содержание

Благодарности	6
Введение	7
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# Джон Грэй

## Марс и Венера: Как сохранить любовь

Truly Mars and Venus Copyright © 2003 by John Gray Publications, Inc.

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

© ООО Книжное издательство «София», 2016

\* \* \*

*С глубочайшей любовью и нежностью посвящаю эту книгу моей жене – Бонни Грэй.*

*Ее любовь, ранимость, мудрость и сила помогли мне стать чутким и понимающим и поделиться с другими тем, чему мы научились вместе.*

## Благодарности

Я благодарю мою жену, Бонни, за помощь в создании этой книги.

Я признателен нашим трем дочерям, Шеннон, Джулии и Лорен, за их любовь и постоянную поддержку. Благодаря тому, что я живу под одной крышей с этими тремя венерианками, я получил замечательную возможность научиться понимать женщин и ценить их точку зрения.

Я выражаю признательность Линде Майклз, моему международному агенту, благодаря усилиям которой мои книги были изданы на более чем пятидесяти языках. А также Моник Мэллори из «Плэнед Телевижен Артс» за организацию моих многочисленных выступлений в СМИ.

Я благодарен моим сотрудникам – Роузи Линч, Майклу Наджариану, Донне Дайрон и Джеффу Оуэнсу – за их постоянную поддержку и усилия, которые они вкладывают в подготовку и создание моих выступлений на радио, книг, кассет, семинаров и встреч.

Я выражаю признательность моим родителям, Вирджинии и Дэвиду Грэйам за их любовь и веру в меня. Хотя их больше нет со мной, их любовь продолжает ободрять и согревать меня.

## Введение

Времена, несомненно, меняются, но различия между мужчинами и женщинами, как и раньше, велики и многочисленны. Когда мужчина женится, он надеется, что его жена останется прежней, а женщина ожидает, что после свадьбы ее избранник станет другим. Мужчины не перестают задаваться вопросом, как сделать женщину счастливой, а женщины постоянно стремятся проанализировать и разложить по полочкам мотивы, побуждающие мужчин действовать так или иначе. Когда мужчина молчалив и погружен в себя, женщина думает: «Любит ли он меня? Может быть, я сказала что-то не то? Мы отдаляемся друг от друга... Неужели я ему надоела? А он, возможно, просто задумался о том, чтобы сейчас посмотреть по телевизору.

Никогда раньше в истории человечества мужчины и женщины не были так близки друг другу. Дело не только в том, что мужчины стали уделять больше времени романтическим отношениям, но и в том, что сегодня женщины работают рядом с мужчинами. Хотя мы, конечно, становимся в каком-то смысле все более похожими друг на друга, это не значит, что мы одинаковы или что нам *нужно* стать одинаковыми. Нас привлекают наши различия. В партнере нас больше всего интересует то, чем он от нас отличается, хотя именно эти различия и создают проблемы в отношениях между мужчинами и женщинами. Однако главная проблема – это наши ожидания, что партнер будет думать, как мы, и чувствовать то же, что и мы. Прочитав эту книгу и запомнив, что мужчины – выходцы с Марса, а женщины – с Венеры, вы сможете с легкостью решить самые сложные проблемы во взаимоотношениях.

Разобраться, чем отличаются мужчины и женщины, и понять, как разрешить разногласия между ними, нам помогает чувство юмора. На моих семинарах мужчины и женщины часто благодарят меня за то, что я излагаю информацию с юмором и шутками. Улыбаясь, люди становятся более восприимчивыми и могут услышать обращенное к ним послание. Прочитав книгу «Марс и Венера: Как сохранить любовь», написанную в таком же юмористическом тоне, мужчины смогут найти ответ на вопрос, древний, как сам мир: «Как сделать женщину счастливой?», а женщины начнут понимать, что движет мужчиной и почему иногда он ведет себя так странно...

Благодаря этой книге женщины поймут, почему мужчина нередко забывает о женщине после того, как они так хорошо провели время вместе, другими словами, почему он не звонит. А мужчины, в свою очередь, откроют некоторые важнейшие истины о женщинах. Например, почему женщина рассказывает мужчине о своих проблемах, если не ожидает, что он будет их решать, или почему она так часто говорит о неразрешимых проблемах. Во взаимоотношениях с противоположным полом очень много загадок, и их разгадывание – увлекательное занятие.

На Марсе принято забывать о проблеме, если вы не можете найти ее решение, и переходить к другим делам. Но на Венере все совсем по-иному, там существует другой принцип: «Если мы не можем решить проблему, тогда давай хотя бы поговорим о ней». Осознав, насколько отличается мужской и женский подход к стрессовым ситуациям и проблемам, мужчины и женщины смогут научиться оказывать друг другу ту поддержку, в какой они больше всего нуждаются.

Проблемы в отношениях с противоположным полом возникают не из-за того, что мы не желаем помочь любимому человеку. Никто не просыпается утром с мыслью: «Как бы мне сегодня достать моего партнера?» (По крайней мере, вначале.) Когда мы любим кого-то, мы готовы отдать ему все самое лучшее. Однако загвоздка в том, что наше «лучшее» – не всегда то, в чем больше всего нуждается и чего больше всего желает наш партнер. Мы автоматически оказываем ту поддержку, которую бы хотели получить сами, но не ту, которая необходима партнеру.

Если у меня плохое настроение, то, поскольку я мужчина, я предпочитаю остаться один: мне нужно, чтобы меня оставили в покое, пока я снова не воспряну духом. В такие минуты меньше всего я хотел бы выслушивать вопросы о том, как я себя чувствую. Однако если расстроена женщина, она ожидает, что партнер заметит ее состояние и спросит, что с ней происходит, тем самым проявляя о ней заботу. Не зная, насколько мы отличаемся друг от друга, я, заметив, что моя жена расстроена, просто оставил бы ее в покое на некоторое время, ошибочно полагая, что тем самым помогаю ей прийти в себя. Но она стала бы думать: «Как он может игнорировать меня именно сейчас, когда его забота мне нужна больше всего? Неужели он больше не любит меня?» Из-за этого простого недоразумения ее настроение стало бы еще хуже. Стараясь ей помочь, я по незнанию только усугубил бы ситуацию.

Эта книжка расскажет, как часто вместо того, чтобы дать нашему партнеру или партнерше то, что необходимо им, мы предлагаем то, что нужно нам самим. Через несколько дней вы обретете знание, которое поможет вам выразить любовь, которую вы чувствуете в своем сердце, своими действиями и словами. В этой маленькой и простой книге вы найдете идеи, которые лежат в основе всех моих книг из серии «Марс и Венера», и откроете многие тайны марсиан и венерианок. Хотя некоторые люди могут почувствовать, что им необходимо более глубоко изучить различия между мужчинами и женщинами, информация, изложенная в этой книге, поможет вам открыть свой разум и сердце, чтобы взаимоотношения с любимыми людьми приносили как можно больше радости.



## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.