

## Джон Грэй Мужчины с Марса, женщины с Венеры

### ГЛАВА 3

#### Мужчина уходит в свою пещеру, а женщина принимается говорить

Одно из важнейших различий между мужчинами и женщинами состоит в манере поведения в стрессовых ситуациях. Мужчинам свойственно замыкаться в себе, чтобы в одиночку «переварить» проблему и связанные с ней переживания, тогда как женщин прямо-таки захлестывают эмоции. В такие минуты, чтобы взять себя в руки, мужчинам и женщинам требуются совершенно разные вещи. Мужчине становится легче, когда он принимается за решение проблемы, а женщине – когда она говорит о ней. Непонимание и неприятие этих различий создает ненужные трения в наших взаимоотношениях. Давайте разберем один, вполне обычный пример.

Том пришел домой; ему необходимо снять напряжение, расслабиться, он хочет сесть и спокойно почитать газету. День выдался тяжелый, некоторые проблемы остались нерешенными, и Тому нужно отвлечься, забыть о них.

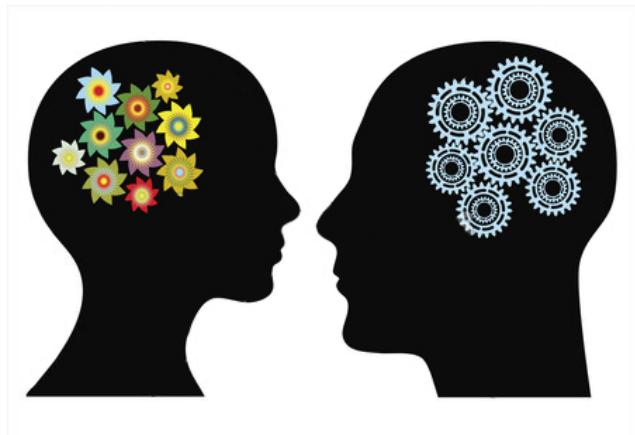
У Мэри, его жены, день тоже выдался не из легких, ей также хочется расслабиться. Однако для нее облегчение состоит в том, чтобы выговориться, не пропустив ни одной из проблем этого дня. И вот между супругами возникает напряженность; она усиливается, растет и в конце концов выливается во взаимные раздражение и обиду.

Том думает про себя, что Мэри слишком уж много болтает. А Мэри в то же самое время кажется, что муж игнорирует ее... Плодом такого взаимонепонимания становится отчуждение, отдаление супругов.

Наверное, вам хорошо знакома такая ситуация, в которой, следует заметить, мужчина и женщина стоят друг друга. Это проблема не только Тома и Мэри – с ней сталкиваются практически все. А ее решение для Тома и Мэри зависит не только от того, насколько они дороги друг другу, но также и от того, до какой степени каждый из них способен понять представителя противоположного пола.

Не понимая, что женщине, чтобы «сбросить с себя» проблему, действительно не обходимо поговорить о ней, Том так и будет считать, что его жена слишком много болтает. А Мэри, не зная, что Том взялся за газету с целью немного прийти в себя, будет думать, что муж игнорирует ее, пренебрегает ею. И постарается втянуть его в разговор, в то время как ему этого совершенно не хочется.

Описываемую проблему можно решить, прежде всего разобравшись в том, насколько не похоже ведут себя мужчины и женщины в стрессовых ситуациях. Давайте еще раз понаблюдаем за жизнью на Марсе и Венере и постараемся сделать некоторые выводы.



#### Марсиане и венерианки перед лицом стресса

*Марсианин, столкнувшись с проблемой, уединяется в своей пещере и там, в одиночестве, обдумывает ее, пока не найдет решение.*

Когда что-то случается у марсианина, он никогда не говорит о причине своего огорчения или беспокойства. И ни за что не станет приставать с этой темой к другому марсианину – разве только почувствует, что без помощи друга ему своих проблем не решить. Марсианин становится

молчалив и удаляется в свою личную пещеру, чтобы в уединении обдумать все как следует и постараться отыскать решение. А найдя его, испытывает огромное облегчение и вновь выходит из пещеры. Если же ему не удастся найти решение, он начинает чем-нибудь заниматься, чтобы отвлечься от забот: например, берется за газету или садится поиграть в карты. Отключив таким образом свой мозг от грызущей его проблемы, он постепенно расслабляется и приходит в себя. Чем сильнее стресс, тем более действенное «противоядие» ему требуется; и вот марсианин садится за руль своей машины и несется сломя голову – все равно куда, участвует в конкурсах или соревнованиях, карабкается на горные вершины.

***Венерианки, столкнувшись с проблемой, собираются вместе и вслух обсуждают причину своих волнений.***

Когда что-то случается у венерианки, она приходит к кому-нибудь, кто пользуется ее доверием, и рассказывает о своей проблеме с огромным количеством подробностей. Поделившись с близким человеком переполюющими ее эмоциями, венерианка испытывает облегчение, успокаивается. Таковы уж уроженки этой планеты.

На Венере поделиться своими заботами с ближним означает знак любви и доверия, и никто не посмотрит на это косо. Венерианки не стыдятся своих проблем. Для них важно не демонстрировать свои, так сказать, бойцовские качества, а любить и чувствовать себя любимыми. Они открыто делятся своими чувствами, идет ли речь о радости, беде, отчаянии или усталости.

Венерианке хорошо, когда у нее есть друзья, близкие люди, которые любят ее и с которыми она может поделиться своими чувствами и проблемами. Марсианину хорошо, когда он может сам решить свои проблемы, предварительно обдумав их в своей пещере. Такими они были когда-то, живя на своих родных планетах, таковы они и теперь.

**Ему лучше одному в своей пещере**

Оказавшись в стрессовой ситуации, мужчина уединяется в пещере своего разума и сосредоточивается на решении возникшей проблемы. А поскольку она у него наверняка не единственная, то он обычно выбирает либо самую трудную из всех, либо требующую наиболее срочного решения. И до такой степени концентрируется на ней, что временно «отключается» от всех остальных забот и обязанностей, отодвигая их на задний план.

В такие моменты мужчина все более отдаляется, становится забывчивым, бесчувственным, к нему, что называется, не подступишься. Вот классический пример: муж пришел с работы, жена пытается «разговорить» его, но кажется, что на общение с ней направлено процентов пять его мыслей, тогда как остальные девяносто пять по-прежнему заняты работой.

Он весь еще «где-то там», его мозг все еще перемалывает проблему в надежде отыскать решение. Чем сильнее стресс, тем упорнее эта борьба. В подобные минуты мужчина просто неспособен подарить женщине то внимание, те чувства, которые она, несомненно, заслуженно получает при обычных условиях. Его мозг всецело занят своей борьбой и не в силах отключиться. Когда же решение наконец найдено, мужчина словно бы оживает, выходит из пещеры – и вот он снова полон любви и внимания.

А если решение никак не приходит? Тогда он надолго застревает в пещере. Чтобы отвлечься, мужчина хватается за проблемы помельче: читает колонки новостей в газете, смотрит телевизор, гоняет на машине, идет в спортзал, на футбольный матч, играет в баскетбол и т.д.

Вызов, заключенный в каждом из этих видов деятельности, мало-помалу притягивает к ним все больший процент мыслей, отрывая их от тех девяноста пяти, что первоначально были заняты работой, и в конце концов мужчине удается выбраться из пещеры. А на следующий день он снова берется за нерешенную проблему, и уже гораздо успешнее.

Давайте рассмотрим несколько примеров подробнее. Чтобы забыть о своих проблемах, Джим обычно принимается читать газеты. Читая, он отвлекается от забот, осаждавших его в течение дня; те пять процентов его мозга, которые не заняты работой, начинают обдумывать проблемы

внешнего мира, вырабатывать мнение относительно них, искать решения. Постепенно весь мозг переключается на эти, так сказать, чужие проблемы, отвлекаясь от своих собственных.

Таким образом совершается переход от сфокусированности на личных проблемах к состоянию занятости многочисленными вопросами внешнего мира (за которые, вообще-то говоря, Джим не несет прямой ответственности). Этот процесс освобождает его мозг от цепляющихся за него проблем, давая возможность снова посвятить свое внимание жене и семье.

Том, чтобы отвлечься, смотрит футбол. Этим он избавляет свой мозг от необходимости решать собственные проблемы, переключая его на интересы своей любимой команды. Каждый матч – это решение, независимо от его результата. Когда любимая команда выигрывает, Том также испытывает чувство победы; когда проигрывает, это и его проигрыш. Однако в любом случае мозг мужчины вырывается из тисков мучивших его реальных проблем.

Для Тома, как и для многих других мужчин, расслабление, неизбежно следующее после спортивного состязания, чтения новостей в газете или просмотра фильма, приносит освобождение от напряжения, переживаемого в реальной жизни.

### **Как реагируют женщины на уход в пещеру**

Забравшись в пресловутую пещеру, мужчина бессилён уделить своей партнерше полноценное внимание, которого она заслуживает. И в такие минуты ей, естественно, становится трудно с ним, поскольку она не знает, в каком состоянии он находится. Начни он, придя домой, говорить с ней обо всех мучающих его проблемах, это нашло бы куда более сочувственный отклик в ее душе. А он вместо этого молчит, и ей начинает казаться, что она перестала играть какую-либо роль в его жизни. Она видит, что с ним что-то не так, но делает неверный вывод: раз не желает разговаривать – значит, ему на меня наплевать.

Женщины, как правило, не понимают, что это просто марсианский способ преодолевать стрессы. Они ждут, что мужчина начнет изливаться все, что у него на душе, и говорить обо всех своих проблемах-точно так же, как это делают венерианки. А он забрался в пещеру и не желает выходить. Обложился газетами или вовсе вышел из дома – скажем, поиграть в баскетбол, И у женщины комом нарастает обида...

Ожидать, что мужчина, засевший в пещере, вдруг распахнет дверь вам навстречу и примется осыпать вас знаками внимания и любви, столь же нереально, сколь и надеяться, что расстроенная женщина мгновенно успокоится и начнет рассуждать здраво. Было бы ошибкой считать, что у мужчины всегда на уме одна только любовь, и точно такой же ошибкой было бы полагать, что чувства женщины всегда подчиняются разуму и логике.

Марсиане, забираясь в глубь пещеры, обычно забывают о том, что их друзья и близкие также могут иметь свои проблемы. Верх берет инстинкт, подсказывающий, что прежде, чем проявлять заботу о других, следует позаботиться о самом себе. А женщина, видя такую позицию мужчины, разумеется, чувствует себя уязвленной. И пошло-поехало!

Она может потребовать полагающегося ей внимания таким воинственным тоном, что, кажется, вот-вот вцепится в волосы этому толстокожему, бесчувственному чурбану, чтобы отстоять свои права. Но если она вспомнит, что все мужчины по природе своей марсиане, то сумеет правильно истолковать его реакцию на стресс: это всего лишь действие защитного механизма, а не выражение наплевательского отношения к ней. И своим, соответствующим обстоятельствам поведением, подстраиваясь под партнера, женщина может добиться гораздо большего, чем бурным неприятием его позиции.

С другой стороны, мужчинам сплошь и рядом невдомек, какую полосу отчуждения вокруг себя они создают, забаррикадировавшись в пещере. Пойми мужчина, как больно это отчуждение ранит женщину, он гораздо сочувственнее отнесется к ней, когда она будет ощущать себя ненужной и пренебрегаемой. Если он постарается не забывать, что все женщины по природе своей венерианки, то сумеет с большим пониманием и уважением относиться к ее реакциям и чувствам. Не понимая, насколько обоснованы ее реакции, мужчина обычно занимает оборонительную позицию, и все кончается ссорой. Вот пять основных причин подобных недоразумений:

**1.** Когда она говорит: «Ты меня не слушаешь», он отвечает: «Что значит не слушаю? Да я могу повторить каждое твое слово».

Сидя в своей пещере, мужчина воспринимает слова женщины теми пятью процентами мозга, которые настроены на слушание. И считает, что этих пяти процентов вполне достаточно. Однако ей нужны не проценты, а его полное и безраздельное внимание.

**2.** Когда она говорит: «У меня такое ощущение, что тебя здесь просто нет», он отвечает: «Что значит меня нет? Вот я – весь тут: руки, ноги, голова... Ты что, не видишь?»

По его мнению, раз его руки, ноги и другие части тела находятся здесь, значит, у нее нет никаких оснований утверждать, что его тут нет. Но суть слов женщины в том, что полного его присутствия, такого необходимого ей, она как раз и не ощущает.

**3.** Когда она говорит: «Тебе на меня наплевать», он отвечает: «Как это наплевать? Тогда с какой стати, по-твоему, я ломаю себе голову над решением этой проблемы?»

Мужчина считает, коль скоро он занят решением проблемы, от которого партнерша в каком-то смысле выиграет, она должна знать, что он старается ради нее. Но ей-то требуется непосредственно ощущать его внимание и заботу: в этом заключается смысл ее слов.

**4.** Когда она говорит: «Я чувствую, что совсем ничего для тебя не значу», он отвечает: «Да это просто курам на смех! Конечно, значишь».

На его взгляд, жалобы женщины необоснованны: ведь он решает вопросы для ее же блага. Он не понимает, что, сосредоточиваясь на одной проблеме, тем самым, в общем-то, игнорирует проблемы партнерши, а это почти все женщины принимают весьма близко к сердцу, и их реакция далека от восторга.

**5.** Когда она говорит: «Ты бесчувственный! Ты занят только своими мыслями», он отвечает: «А что в этом плохого? Как иначе, по-твоему, я могу решить эту проблему?»

По мнению мужчины, она упрекает его ни за что ни про что: ведь он занят обдумыванием таких важных вещей. Ему начинает казаться, что его недооценивают.

Кроме того, он не желает признавать, что ее чувства имеют под собой определенную почву. Мужчины обычно не отдают себе отчета, до какой степени резок и стремителен их переход от теплоты и нежности к бесчувственности и отчуждению. Сидя в своей пещере, мужчина занят решением своей собственной проблемы, и ему дела нет до того, как больно может его равнодушие задеть других.

Для более успешного сотрудничества мужчины и женщины должны лучше понимать друг друга. Когда мужчина перестает обращать внимание на жену, она чаще всего воспринимает это как личную обиду. Конечно, ей очень помогает сознание того, что это муж просто сражается со стрессом, однако оно далеко не всегда смягчает эту обиду.

В такой момент женщина может испытывать потребность в том, чтобы поговорить об обуревающих ее чувствах. Вот тут-то особенно важно, чтобы мужчина осознал обоснованность этих чувств. Ему следует понять, что она точно так же имеет право говорить о том, что чувствует себя обделенной вниманием и заботой, как и он – право удалиться в свою пещеру и не участвовать в разговоре. Если женщина ощущает, что осталась непонятой, ей будет очень трудно справиться с обидой.

### **Ей легче, когда она выговорится**

Оказавшись в стрессовой ситуации, женщина инстинктивно ощущает необходимость поговорить о своих чувствах и обо всех возможных проблемах, так или иначе связанных с этими чувствами. Начиная говорить, она не отдает приоритета ни одной из проблем. Уж если она расстроена, то по поводу всех проблем разом – и больших, и маленьких. Женщина не столько озабочена тем, чтобы поскорее найти решение, сколько нуждается в разрядке и находит облегчение, когда выговорится и почувствует, что ее понимают.

***Расстроенная женщина не столько озабочена тем, чтобы поскорее найти решение своих проблем, сколько нуждается в разрядке и находит облегчение, когда выговорится и почувствует, что ее понимают.***

Мужчине в состоянии стресса обычно необходимо сосредоточиться на одном аспекте, женщине – выплеснуть все свои проблемы наружу. Говоря обо всех возможных проблемах и не отдавая приоритет ни одной из них, она понемногу начинает чувствовать облегчение. В процессе этого «выплескивания» женщина приходит к более точному пониманию того, что же, собственно, является причиной ее переживаний, и тогда внезапно наступает момент, когда она успокаивается.

В поисках душевного равновесия женщины говорят о проблемах, которые уже остались в прошлом, о проблемах, которые могут возникнуть в будущем, о потенциальных проблемах, о проблемах, вовсе не имеющих решения. Чем больше они говорят, чем подробнее рассматривают проблему со всех сторон, тем легче им становится. Таковы уж женщины, и ожидать от них чего-либо иного – значит отрицать самую суть женской природы.

Переполненная эмоциями женщина находит разрядку в том, чтобы как можно более детально поведать обо всех своих проблемах. Чувствуя, что ее слушают, она постепенно выходит из стрессового состояния. Поговорив на одну тему, она обычно делает паузу и затем переходит к другой. И так далее, пока не опишет всех своих проблем, тревог, волнений, огорчений и разочарований. Причем совершенно необязательно, чтобы эти темы выстраивались в каком бы то ни было порядке – логическом или временном. Если же женщина чувствует, что ее не понимают, круг тем может расширяться, и, вспоминая о новых проблемах, она расстраивается еще больше. Чтобы забыть о своих собственных чувствах, причиняющих боль, женщина может взвалить на себя чужие проблемы.

Точно так же, как мужчине, засевшему в своей пещере, требуется занять себя какими-нибудь мелкими проблемами, чтобы отвлечься от главной, женщине, чувствующей, что ее не слушают, необходимо поговорить о других вопросах, непосредственно не затрагивающих ее: так ей становится легче. Чтобы забыть о своих собственных чувствах, причиняющих боль, она может взвалить на себя чужие проблемы. Ведь заботы родных, близких, друзей и знакомых также могут послужить темой для обсуждения. О своих ли, чужих ли проблемах говорит венерианка, – это ее естественная и здоровая реакция на стресс.

### **Как реагирует мужчина, когда женщине требуется поговорить**

Обычно сердятся. По мнению мужчины, если женщина обсуждает с ним свои проблемы, значит, она возлагает на него ответственность за них. Чем больше проблем, тем больший укор слышится ему в ее словах. Он не понимает, что она говорит просто для того, чтобы развеяться. Ему и невдомек, насколько ей важно, чтобы он выслушал ее.

Марсиане говорят о своих проблемах лишь по двум причинам: либо когда считают виновным в них кого-то другого, либо когда просят совета. Видя женщину сильно расстроенной, мужчина предполагает, что это обвинение в его адрес; если же она более или менее держит себя в руках, значит, считает он, – хочет получить совет.

Решив, что ей требуется совет, он надевает свою шляпу с надписью «Мистер Решаю-все-проблемы» и принимается советовать. Сочтя, что женщина обвиняет его, он выхватывает меч из ножен и начинает отбивать атаки. В обоих случаях очень скоро ему становится совсем не до того, чтобы слушать.

Если он подсказывает женщине способ решения ее проблемы, она просто перестает говорить о ней и принимается за другие. Он предлагает еще одно решение, другое, третье и ожидает, что она наконец успокоится. Это происходит оттого, что марсиане в таких случаях успокаиваются: ты спросил совета, ты получил его – чего же еще надо? А женщина все продолжает переживать и сокрушаться. Значит, не принимает предложенных им решений, отвергает их. Значит, не ценит и его самого.

С другой стороны, почувствовав, что на него нападают, мужчина начинает защищаться. Вот объясню все, оправдаюсь, думает он, и она перестанет «пилить» меня. Однако чем больше слов произносит он в свою защиту, тем больше женщина распаляется. Он не понимает, что ей требуются вовсе не его объяснения. Ей нужно, чтобы он понял ее чувства и тем самым дал ей возможность переключиться на другие проблемы. Стоит ему проявить мудрость и просто начать слушать, как уже через несколько минут от горьких жалоб в его адрес она перейдет к другим темам. Особенно больно бьет по самолюбию мужчины, когда женщина затрагивает проблемы, решить которые не в его силах. Находясь в состоянии стресса, женщина может начать сетовать по следующим, например, поводам:

«Мне мало платят на работе».

«Моя тетя Луиза продолжает болеть, с каждым годом ей все хуже и хуже».

«У нас слишком маленький дом».

«Солнце жарит уже который день, просто дышать нечем. Когда же наконец пойдет дождь?»

«На нашем счете в банке почти ничего не осталось».

Возможно, женщина упоминает об этом, что называется, «не заостряясь», чтобы просто дать выход своим переживаниям и разочарованиям. Возможно, она и сама знает, что с этими проблемами ничего не поделаешь, но все-таки находит облегчение в разговорах о них. Если слушатель разделяет ее проблемы, сопереживает, сочувствует, она ощущает его поддержку. Но мужчина смотрит на все другими глазами, и дай-то Бог, чтобы он понял: женщине просто необходимо выговориться, тогда ей становится легче.

Тяжким испытанием для терпения мужчин является также склонность женщин расписывать проблему во всех деталях. Мужчина ошибочно полагает, что эти подробности приводятся для того, чтобы он смог найти решение. Тщетно пытаюсь уяснить себе степень их важности, он окончательно выходит из себя. И снова не понимает, что женщине нужно от него не решение, а забота и понимание.

Мужчине трудно слушать еще и потому, что он допускает также другую ошибку, считая, будто женщина в изложении проблем придерживается логического порядка. После обсуждения трех или четырех вопросов у него просто голова идет кругом от бесплодных попыток отыскать между ними хоть какую-нибудь логическую связь.

***Точно так же, как мужчина реализует себя, выполняя трудную работу или решая сложную проблему, женщина реализует себя, рассказывая о мучающей ее проблеме во всех подробностях.***

И еще одна сложность для мужчины, слушающего женщину: он стремится как можно скорее докопаться до сути дела. Он не в силах приступить к выработке решения, не уяснив себе предварительно этой сути. Чем больше подробностей приводит женщина, тем большее разочарование он испытывает, слушая. И смягчить это разочарование может лишь ясное понимание того, что ей от всех этих мелочей становится легче. Помня об особенностях женской натуры, мужчина сумеет сбросить с себя излишнее напряжение. Точно так же, как он реализует себя, выполняя трудную работу или решая сложную проблему, она реализует себя, рассказывая о мучающей ее проблеме во всех подробностях.

Чтобы немного облегчить задачу мужчины, женщина может, забежав вперед, зложить окончание своей истории и затем снова взяться за детали. Не следует держать мужчину в подвешенном состоянии. А ведь женщины обожают делать это, чтобы придать больше смака своему повествованию. Слушатель-женщина по достоинству оценит такой ход; слушатель-мужчина почувствует себя разочарованным и раздосадованным.

Насколько мужчина не понимает женщину, настолько он и будет сопротивляться, чтобы избежать навязываемого ею разговора о проблемах. Однако, узнав, что подобные разговоры необходимы ей, чтобы реализовать себя и ощутить поддержку с его стороны, он обнаружит, что слушать, оказывается, не так уж и трудно. Важная деталь: если женщина напомним мужчине, что не требует от него решения ее проблем, а просто хочет поговорить о них, это очень поможет ему расслабиться и слушать спокойно.

## Как марсиане и венерианки пришли к миру и согласию

Марсиане и венерианки жили в мире и согласии, потому что умели уважать существующие между ними различия. Марсиане научились с пониманием относиться к потребности венерианок в разговорах, приносящих им облегчение, и усвоили, что, даже если тебе, в общем-то, особенно нечего сказать, ты можешь поддержать любимую женщину тем, что выслушаешь ее. Венерианки научились с уважением относиться к потребности марсиан удалаться в свою пещеру, чтобы там, наедине с самим собой, сладить со стрессом; пещера перестала быть тайной и более не вызывала ни страха, ни тревоги.

### Что узнали и чему научились марсиане

Марсиане узнали, что, даже когда им кажется, что венерианка нападает, упрекает, «пилит», это все дело временное: вскоре, разрядившись, она успокоится и снова станет любящей, нежной, терпимой. Научившись слушать, они обнаружили, что обсуждение своих проблем и правда крайне благотворно влияет на венерианок.

Каждый из марсиан обрел покой, поняв наконец, что потребность венерианки говорить о своих проблемах вовсе не означает упреков в его адрес. А вдобавок он узнал, что, когда венерианка чувствует, что ее слова не падают в пустоту, она отключается от своих проблем и настроение ее заметно улучшается. И, вооруженный этим знанием, марсианин обрел способность слушать, не мучаясь ощущением своей ответственности за решение всех ее проблем.

Многие мужчины – и даже женщины – весьма критически относятся к потребности поговорить о проблемах, потому что никогда не испытывали на собственном опыте, какое облегчение это может принести. Им никогда не приходилось видеть, как женщина, почувствовав, что ее слушают, может внезапно измениться, повеселеть, стать заботливой и ласковой. Зато им наверняка случалось видеть женщину (возможно, свою собственную мать), которая, не встречая внимания и понимания, говорила и говорила о своих проблемах, и поток ее жалоб не иссякал никогда. Такое обычно происходит с женщинами, уже давно чувствующими себя не слишком-то любимыми, обделенными вниманием. Настоящая проблема заключается не в том, что женщина говорит о проблемах, а в том, что ей не хватает любви.

Научившись слушать, марсиане сделали поразительное открытие. Они начали понимать, что выслушивание разговоров венерианок о проблемах может помочь им самим выбраться из пещеры – точно так же, как помогает сидение перед телевизором или чтение газет.

Кроме того, научившись, слушая, не чувствовать себя при этом объектом обвинений и возложенной ответственности, мужчине становится гораздо легче выполнять эту обязанность. А перестав воспринимать ее в штыки, он обнаруживает, что слушать – превосходный способ самому отвлечься от проблем дня и одновременно помочь выйти из стресса своей партнерше. Иногда, впрочем, когда собственный стресс мужчины слишком уж силен, ему может все-таки понадобится посетить свою пещеру, а выход из нее он мало-помалу отыщет сам – с помощью чтения газет, занятий спортом или наблюдения за футбольным матчем.

### Что узнали и чему научились венерианки

Венерианки также обрели душевное спокойствие, поняв наконец, что, если марсианин забрался в свою пещеру, это совсем не означает, что он перестал любить партнершу. Они научились проявлять в такие моменты больше терпимости, ибо, коль скоро он норовит забраться в свое убежище, значит, ему очень уж сильно досталось. Венерианки научились не обижаться, когда марсианин перестает следить за тем, что они говорят. Заметив на лице любимого отсутствующее выражение, венерианка просто весьма учтиво умолкала, пережидала некоторое время, а дождавшись, когда партнер снова обратит на нее внимание, продолжала свою речь. Марсианину временами бывает трудно сосредоточить все свое внимание на подруге. Уяснив себе это,

венерианки обнаружили, что этого внимания следует не требовать, а просить – мягко и ненавязчиво, принимая партнера таким, каков он есть в данный момент, и тогда он будет только рад предоставить своему вниманию другой объект. Когда же марсиане, полностью уйдя в свои заботы, переселялись в пещеру, венерианки говорили себе, что не стоит воспринимать это как личную обиду. Они усвоили, что в такие минуты, вместо того чтобы заводить разговор о различных проблемах с любимым, лучше обсудить их с друзьями, пройтись по магазинам или сходить в кино. И подметили одну закономерность: если марсианин чувствует, что его любят и принимают таким, каков он есть, он гораздо скорее выйдет из пещеры.