

BUR
Rizzoli

Publicato per

BUR
Rizzoli

da Mondadori Libri S.p.A.
Proprietà letteraria riservata

© 1992 by John Gray
All rights reserved

© 1992 Gruppo Editoriale Fabbri, Bompiani, Sonzogno,
Etas S.p.A., Milano

(con il titolo *Perché non mi ascolti quando parlo*)

© 1996 RCS Libri & Grandi Opere S.p.A., Milano

© 2005/2008 RCS Libri S.p.A., Milano

© 2021 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-16099-5

Titolo originale dell'opera:

Men are from Mars, Women are from Venus

Traduzione di Maria Barbara Piccioli

Prima edizione Sonzogno: 1992

Prima edizione Rizzoli: 2008

Prima edizione BUR Gatti Blu: gennaio 2022

Seguici su:

*Questo libro è dedicato con amore e affetto
a mia moglie, Bonnie Gray. Il suo amore,
la sua vulnerabilità, la sua saggezza e la sua forza
mi hanno insegnato a dare il meglio di me e a rendere
gli altri partecipi di ciò che abbiamo appreso insieme.*

**GLI UOMINI
VENGONO DA MARTE
LE DONNE DA VENERE**

Introduzione

Una settimana dopo la nascita di nostra figlia Lauren, mia moglie Bonnie e io eravamo completamente esausti. Lauren ci svegliava ogni notte. Logorata dal parto, Bonnie si imbottiva di antidolorifici e riusciva a malapena a camminare. Rimasi cinque giorni a casa per darle una mano, poi, dato che sembrava stare meglio, tornai al lavoro.

Durante la mia assenza, lei rimase a corto di antidolorifici. Invece di chiamarmi in ufficio, chiese a uno dei miei fratelli che era passato a trovarla di acquistarne altri. Sfortunatamente mio fratello non tornò con le pillole e lei fu costretta a sopportare il dolore per un'intera giornata.

Quando tornai a casa la trovai in stato di grande agitazione. Fraintendendo la causa del suo disagio, pensai che ce l'avesse con me.

“Sono stata male tutto il giorno,” raccontò lei. “Ho finito gli antidolorifici. Ero bloccata a letto e a nessuno importava nulla!”

“Perché non mi hai chiamato?” replicai io, già sulla difensiva.

“Ho chiesto a tuo fratello di comprarmeli, ma se n'è dimenticato! È tutto il giorno che lo aspetto. Che cosa devo fare? Quasi non riesco a camminare. Mi sento trascurata!”

A quel punto io esplosi. Quel giorno ero anch'io molto teso e mi irritò il fatto che lei non mi avesse chiamato. Mi mandava su tutte le furie sapere che mi rimproverava quando io ignoravo la sua sofferenza. Dopo un breve scambio di parole dure, marciai verso la porta. Ero stanco, irritabile, proprio stufo. Avevamo entrambi raggiunto i nostri limiti di sopportazione.

A quel punto accadde qualcosa che avrebbe cambiato tutta la mia vita.

“Ti prego, non andartene,” mi pregò Bonnie. “Sono questi i momenti in cui ho maggiormente bisogno di te. Sto male e non dormo da giorni. Ascoltami, per favore.”

Mi fermai.

“John Gray, sei proprio un amico da poco! Finché io sto bene e sono la solita affettuosa Bonnie di sempre tu resti al mio fianco, ma non appena la situazione cambia, ti affretti ad andartene.”

Tacque e i suoi occhi si riempirono di lacrime. Il suo tono era mutato quando aggiunse: “Sto male. Non ho niente da dare ed è questo il momento in cui ho più bisogno di te. Ti prego, vieni qui e abbracciami. Non c'è bisogno che tu dica nulla. Ho semplicemente bisogno di sentire le tue braccia intorno a me. Non andartene.”

Mi avvicinai e in silenzio la strinsi a me. Lei pianse tra le mie braccia. Dopo qualche minuto mi ringraziò per non averla lasciata. Mi disse che sentirmi vicino era tutto quello di cui aveva bisogno.

In quel momento cominciai a capire il vero significato dell'amore... dell'amore incondizionato. Mi ero sempre ritenuto una persona affettuosa, ma Bonnie aveva ragione. Ero un amico che valeva ben poco. Finché lei era felice e di piacevole compagnia, ricambiavo con ardore i suoi sentimenti. Ma se era infelice o turbata, io mi sentivo rimproverato e cominciavo a discutere oppure mi allontanavo.

Quel giorno, per la prima volta, non lo feci. Rimasi con lei e fu bellissimo. Riuscii a darle ciò di cui aveva bisogno. Poiché questo è il vero amore. Avere cura di un'altra persona. Fidarsi l'uno dell'altro. Essere presenti nel momento del bisogno. Mi stupii di quanto fosse facile per me starle accanto dopo che mi aveva indicato come fare.

Come avevo potuto non capire una cosa tanto importante? Bonnie aveva bisogno soltanto che le stessi vicino, e un'altra donna lo avrebbe capito istintivamente. Ma in quanto uomo, non sapevo che il contatto fisico, la tenerezza e la disponibilità ad ascoltare fossero così importanti per lei. Nel prendere atto di queste differenze cominciai ad apprendere un modo nuovo di rapportarmi a mia moglie. Non avrei mai creduto che potessimo risolvere i nostri contrasti con tanta facilità.

Nelle mie precedenti relazioni, reagivo sempre con indifferenza e noncuranza alle situazioni difficili perché non sapevo che altro fare. A causa di questo atteggiamento, il mio primo matrimonio era stato turbolento e fonte di grande sofferenza, ma quell'episodio con Bonnie mi insegnò a modificare il mio modo di comportarmi.

Mi ispirò anche sette anni di ricerca nel corso dei

quali sviluppai e perfezionai le intuizioni relative ai due sessi illustrate in questo libro. Acquisendo una consapevolezza pratica e specifica delle differenze tra uomini e donne, cominciai improvvisamente a capire che non c'era nessuna necessità che il mio matrimonio fosse una battaglia continua. Bonnie e io fummo in grado di migliorare enormemente il nostro livello di comunicazione e di godere di più della reciproca compagnia.

Continuando in questo lavoro di esplorazione, abbiamo scoperto nuovi modi per migliorare i nostri rapporti affettivi. Abbiamo appreso comportamenti che i nostri genitori ignoravano e che quindi non sono stati in grado di insegnarci. Anche le coppie che si rivolgevano a me traevano vantaggio da queste intuizioni. Migliaia di persone che partecipavano ai miei seminari videro le loro relazioni trasformarsi e migliorare nel giro di una notte.

Sono passati sette anni, ma ricevo ancora foto di coppie felici e dei loro bambini, accompagnate da lettere in cui mi ringraziano per avere salvato il loro matrimonio. Sebbene in realtà sia stato il loro amore a salvarlo, avrebbero certamente divorziato se non avessero acquisito una maggiore comprensione dell'altro sesso.

Susan e Jim erano sposati da nove anni. Come la maggior parte delle coppie all'inizio si amavano, ma dopo anni di frustrazioni e delusioni l'entusiasmo li abbandonò e decisero di separarsi. Tuttavia, prima di arrivare al divorzio, frequentarono uno dei miei seminari. "Abbiamo tentato di tutto per salvare il nostro matrimonio", mi raccontò Susan. "Ma siamo troppo diversi."

Fu con enorme sorpresa che scoprirono come le loro differenze fossero non solo normali, ma addirittura