

DR DŽON GREJ

ARDŽUNA ARDAG

OD AUTORA SVETSKOG BESTSELERA
MUŠKARCI SU SA MARSA, ŽENE SU SA VENERE

PLANETA MUŠKARACA

VODIČ ZA RAZVOJ 12 KVALITETA SAVREMENOG MUŠKARCA

Prevela Marija Božić

VULKAN
IZDAVAŠTVO

Beograd, 2019.

Naziv originala:
John Gray Ph.D and Arjuna Ardagh
CONCIOUS MEN

Original English language edition published by Self X Press.

Copyright © 2016 by John Gray Ph.D and Arjuna Ardagh.

Serbian language edition Copyright © 2019 by Vulkan izdavaštvo.

All rights reserved.

Copyright licensed by Waterside Productions,

Inc., P. & R. Permissions & Rights Ltd.

Translation Copyright © 2019 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-02869-0



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.

*Svim dečacima i mladim muškarcima
koji odrastaju u današnje vreme.
Vi ste naša budućnost, naša nada
i naš razvojni potencijal.*

PREDGOVOR

Planeta muškaraca upravo je ono što savremenom muškarcu treba. Sve do sada, društva su preživljavala zahvaljujući tome što su svoje sinove činili nesvesnim sopstvenih potreba. Da bismo preživeli, bili su nam potrebni dečaci i muškarci koji ne dovode u pitanje smrt za otadžbinu, pleme ili zajednicu. Trebalo nam je da veruju da će biti heroji, slavljani, voljeni i poštovani (iako je to značilo da će morati da umru). Dovedi to u pitanje izazivalo je razočaranje roditelja i nepoštovanje okruženja, a takav muškarac bi odmah bio proglašen nepoželjnim za brak.

Međutim, danas živimo ironiju industrijalizacije, da tako kažemo. Kada društvo s uspehom istrenira muškarca da se nesvesno usredsredi na ključne aspekte opstanka – da zaradi što više novca i postane ubica-zaštitnik – to mu zapravo omogućava luksuz da postane svestan. Tako je društveno uslovljavanje da bude nesvestan svojih potreba, ironično, muškarcu omogućilo slobodu da postane svestan.

Iz ironije industrijalizacije proizilazi praznina koju su ispunili dr Džon Grej i Ardžuna Ardag knjigom *Planeta muškaraca*. Hiljade knjiga služe kao vodiči muškarcima i objašnjavaju im kako se treba peti stepenicama

uspeha i modernog preživljavanja. Potreba za *Planetom muškaraca* proizilazi iz toga što su uputstva za uspešan opstanak muškarca u društvu gotovo potpuno suprotna uputstvima za osveščivanje muškarca.

Na primer, za advokata je uspeh kad savlada veštinu agresivne argumentacije, ali za savesnog muža i oca potrebno je da zna da sluša s razumevanjem i strpljenjem. Izvanredan ratnik mora da razvije ubilački instinkt, a savestan vođa i otac empatiju.

Uspešan opstanak u modernom društvu fokusira se na to kako se što brže i sve više peti na društvenoj lestvici, ali nas ne usmerava na koji zid da naslonimo lestve. Na primer, on se pre svega fokusira na profit, a vrlo malo na zagađenje okoline, jer se veća čast u svakom pogledu ukazuje uspešnom a ne ekološki svesnom direktoru.

Kada dobiju dete, većina očeva oseća da ne može da priušti da bude samosvesna, bilo da žele da puno radno vreme budu očevi, umetnici, glumci, pisci ili posvećenici na putu duhovnog prosvetljenja. Biti gladan umetnik prihvatljivo je za mladog samca ili homoseksualca, ali ne i za onoga ko želi da bude pravi muškarac, to jest otac s decom. Sve dok nisam izdao svoju donekle uspešnu treću knjigu, moj otac nije verovao da mogu da budem i odgovoran muškarac i pisac.

Mnogi kvaliteti potrebni da bi se stvorila ubilačko-zaštitnička svest mogu se opisati upravo rečima korišćenim u ovoj knjizi: svrha, misija, lojalnost, integritet, čast.

U svakom slučaju, svest fokusiranu na opstanak društva, svrhu i misiju spolja definišu roditelji, religija, strah od ostrakizma i proglašavanja nedostojnim za brak i poštovanje društva. Međutim, u ovoj knjizi svrha i misija muškarca definišu se na osnovu samosvesti.

Knjiga *Planeta muškaraca* je vodič za muškarce, prilika da se zagledaju u sebe i otkriju svoju svrhu i misiju; da budu u dodiru sa svojim osećanjima, ali da im ne budu potčinjeni; da žive u potrazi za sopstvenim putem, ali poštujući obaveze koje su preuzeli tokom tog putovanja.

Planeta muškaraca

U proteklih pola veka pokreti za ženska prava proširili su osećaj svrhe kod žena. Danas žene imaju mnoge svrhovite opcije: podizanje dece, karijeru ili kombinaciju oba. To je ohrabrilu žene da postanu svesnije – da pogledaju unutar sebe i otkriju koja opcija najviše odgovara njihovoj ličnosti.

Knjiga *Planeta muškaraca* može da popuni novonastale praznine u muškarčevoj svrsi. Ona može biti roditeljska ruka, škola ili mentor muškarcima na putu otkrivanja sopstvenog jedinstvenog smisla.

Ona takođe može da bude vodič dečacima ili muškarcima u primeni proširene svesnosti u stvarnom svetu. Oni će spoznati nove aspekte lojalnosti i svrhe, nove forme humora, spoznaće nove načine poštovanja žena, i nove načine da vole i budu voljeni, i to ne samo kao bića koja delaju, već i kao bića koja postoje.

Dr Voren Farel

Autor knjige *The Myth of Male Power (Mit o muškoj moći)*

Mil Vali, Kalifornija

11. septembar 2015.

UVOD

Muškarci se danas širom sveta suočavaju s novim izazovima koji prethodnih hiljadu godina nisu ni postojali.

Dovoljno je da pogledamo samo nekoliko generacija unazad pa da vidimo koliko je bilo jednostavno definisati muškarčev život. On se pretežno školovao u muškim školama. Prelazio je različite stepenike do zrelosti, zavisno od kulture. Potom bi provodio dane suočavajući se s različitim teškim izazovima, ponekad i opasnim. U zavisnosti od toga koliko bi bio uspešan u tim izazovima, osećao bi se dobro u svojoj koži i smatrao bi da je zaslužio pravo na odmor i oporavak. Došao bi kući, svojoj ženi, koja je najverovatnije provela dan čuvajući decu, sređujući kuću i pripremajući obroke.

Oba pola znala su svoje jasno definisane uloge, ali kad-tad bi osetila da su u tim ulogama ograničena. Teško je poverovati da je pre samo sto godina većina smatrala da su žene nedovoljno inteligentne da bi učestvovala u politici. Odmalena se učilo da su one „nežniji... i slabiji pol... koji ne bi trebalo da prlja svoje lepe ruke svetskim aferama“. Tek je Eme-lin Pankherst počela da se bori za pravo žena da glasaju i osnovala

londonski pokret sifražetkinja, koji se kasnije raširio po čitavom svetu. Od 1920. godine počela je nezaustavljiva revolucija u redefinisaniu rod-nih uloga u društvu.

Drugi jak talas ženske emancipacije počeo je 1970, samo nekoliko godina nakon leta ljubavi 1967. Žene su zahtevale pravo da obavljaju sve funkcije koje su dotad tradicionalno bile rezervisane samo za muškarce: u pravosuđu, politici, medicini, organima vlasti, na visokim upravnim funkcijama. Muškarci su puštali kosu, učili da sviraju gitaru, da žive kako ih vetar nosi i prate svoju strast. Ali žene su se u to vreme borile za pravo da učestvuju u svetu čija su pravila stvorili muškarci. One su tad uglav-nom učile kako da se takmiče u okruženju koje pokreće testosteron. A onda, u trećem talasu borbe za žensku ravnopravnost ranih godina XXI veka, žene su počele da redefinišu neke aspekte svetskog ustrojstva, tako da pravila više nisu isključivo muška. Bili smo svedoci opšteg procvata univerzitetskih kurseva o feminističkom liderstvu, ekologiji i duhovnosti.

U poslednjih sto godina, redefinisanje rod-nih uloga primarno su inicirale žene, a muškarci su upadali u čitav niz tipičnih reakcija, koje su aktuelne i danas u svim krajevima sveta.

Jedna od tipičnih reakcija muškarca jeste da se čvrsto ukopa u rov i reaffirmiše svoj tradicionalni muški identitet. Takav muškarac obično ima veoma negativne stavove prema promeni uloge žene u društvu. On vrednuje robusnost, čvrstinu i muževnost, a prezire i samu pomisao na to da bi mogao biti feminiziran, označavajući takve muškarce kao seka-perse.

Druga tipična reakcija je potreba za izvinjavanjem i osećaj stida zbog muževnosti, što muškarca navodi da postane previše feminiziran za svoju pravu prirodu. Takav muškarac mnogo govori o svojim osećanjima, ve-liča harmoniju polova i uvek je nežan i pažljiv. On potpuno učestvuje u kućnim obavezama, brižan je i predusretljiv otac. Međutim, što smo takođe opisali u ovoj knjizi, on tako može da izgubi samopouzdanje i osećaj svrhe, što su verovatno glavni stubovi muškarčevog postojanja. A

na njegovo iznenađenje, tad iz odnosa s partnerkom obično nestane strasti, koju smenjuje prijateljsko cimerisanje.

Treća moguća reakcija je pokušaj da se rodne razlike ignorišu u potpunosti, kao da ne postoje. Danas na mnogim univerzitetima studente uče da je rod samo društvena konstrukcija i da zapravo ne postoji nikakva stvarna razlika između muškaraca i žena. Mi se slažemo da su rigidne rodne uloge i stereotipi iz prošlosti zaista društvene konstrukcije, ali takođe smatramo da uopšte nije mudro ignorisati očiglednu činjenicu da smo različiti. Sve veći broj istraživanja pokazuje da postoje stvarne i biološke i hormonske razlike, koje uslovljavaju da muške i ženske reakcije na životne izazove budu veoma različite. To je taj mali detalj koji stvara raznovrsnost, a kroz raznovrsnost stvaramo celinu, koja je uvek nešto mnogo veće od prostog zbira pojedinačnih delova.

Četvrta moguća reakcija je zapravo ono o čemu ova knjiga govori – a to je vežba svesnog izbora. Svesni muškarac nije rob biologije. On zna da u njemu postoji balans između muške i ženske energije, a njegov način života ustanovljen je pre na samosvesti nego na automatskim reakcijama na spoljna dešavanja. Svesni muškarac jasno opaža niz različitih uloga u kojima može da uživa tokom svog života. On je svestan i muške istorije i koliko su se okolnosti dramatično promenile poslednjih godina. Život za njega nije samo dužnost koju treba obaviti, već umetnost stvaranja.

Pre nego što nastavimo da govorimo o tome šta je taj život kao umetnost, treba da zastanemo i definišemo nekoliko pojmova. U ovoj knjizi govorićemo o muškarcima i ženama, ali ćemo koristiti i pojmove *muževnost* i *ženstvenost*. A navedene reči i te kako imaju različito značenje.

Skoro svako na planeti Zemlji rođen je ili kao muškarac ili kao žena. To je jasno definisana rodna razlika za 1.999 od 2.000 novorođenih beba. Muške fizičke karakteristike najjednostavnije možemo opisati na sledeći način: muškarac ima penis, testise i ravna prsa. Takođe, tu su i prostata, dublji glas i maljavost. Žena, s druge strane, ima vaginu, jajnike i grudi.

Ima i menstrualni ciklus, koji počinje u pubertetu i završava se menopauzom, a sposobna je i da rađa. I time smo u celini nabrojali opšte fizičke razlike između muškaraca i žena.

U isto vreme, te fizičke razlike stvaraju biohemijske i hormonske razlike u telu, o čemu ćemo dosta govoriti u knjizi. Prva i osnovna razlika je, i kod muškaraca i kod žena, način doživljavanja stresa, a naročito u današnje stresno vreme. Stres možemo sažeto definisati kao borbu s različitim izazovima, obično pod pritiskom vremenskog ograničenja, koji obično onemogućavaju da se ti izazovi do kraja reše. Biohemijska reakcija na stres je ista kod oba pola: organizam luči adrenalin i kortizol, koji dospeva u krvotok toliko brzo da se ne može odmah neutralizovati. Ali način na koji se muškarci i žene nose sa stresom, a potom ponovo uspostavljaju ravnotežu i spokoj, potpuno je različit.

Muškarci odgovaraju na hormone stresa oslobađanjem testosterona. Neke studije pokazuju da muškarci imaju čak trideset puta više testosterona u krvi nego žene. Testosteron je povezan s hrabrošću i posvećenošću da se izborimo s teškim izazovima, da ih izguramo i dovršimo protiv svih očekivanja, i to u kratkom vremenskom roku. S druge strane, žene odgovaraju na stres stvaranjem oksitocina, koji je poznat i kao hormon ljubavi i sreće. Oksitocin se oslobađa i u trenucima kada se žene povezuju s drugim ženama, i to i kad nemaju potrebe da reše neki problem ili izazov. Kada se žene okupe da razgovaraju i podele svoja osećanja, odmah ih ispuni naboj oksitocina i stres se neutrališe.

Iako su se naše uloge u društvu drastično promenile poslednjih decenija, način na koji nervni sistem funkcioniše i način na koji se hormoni luče u telu ostali su isti. Potrebne su mnoge generacije da bi se genetika bar malo promenila u odgovor na promenjeno okruženje.

Osim razlike između muškog i ženskog tela, u ovoj knjizi govorimo i o razlici u energiji i kvalitetima – o razlici između muževnosti i ženstvenosti. Obojica smo u ovoj oblasti decenijama radili s ljudima i imali

Planeta muškaraca

smo priliku da nebrojeno puta preispitamo razumevanje ovih reči. Nikad nismo nailazi na velike razlike u odgovorima.

Reč muževnost uglavnom se koristi da označi karakter koji je usredsređen, usmeren ka cilju, centriran, prisutan, koji gleda i veruje u budućnost. U Kini je muška energija predstavljena jangom, u Indiji je simbolizovana u bogu Šivi, a Jung je naziva *animus*. Ženska energija je u Kini predstavljena jinom, u Indiji je simbolizovana u boginji Šakti, a Jung je naziva *anima*.

Ako posmatramo biološki, svaka rođena beba je ili muškog ili ženskog pola, međutim, u različitim naučnim disciplinama prepoznato je da i muškarci i žene u sebi nose i mušku i žensku energiju. Na mnogo načina, dostizanje ravnoteže ove dve energije je, za vas kao jedinstvene ličnosti, ono što određuje koliko ćete biti zadovoljni sobom i svojim životom.

Balans energija uslovljen je mnogim faktorima. Možemo reći da je to do određene tačke posledica genetike, jer su neki muškarci prirodno veoma muževni: mišićaviji, maljaviji, odlučniji i usmereniji na akciju nego drugi muškarci. S druge strane, neki su rođeni s malo više ženske energije – više obraćaju pažnju na estetiku okruženja, racionalniji su i emotivno osetljiviji – ali ih to ne čini ništa manje muškarcima. Isto važi i za žene: neke u sebi nose više ženske, a neke više muške energije.

Ipak, odnos ženske i muške energije nije samo genetski uslovljen, već zavisi i od okruženja u kojem pojedinac odrasta. Ako dečak odrasta sa samohranom majkom i još dve-tri sestre, okruženje može uticati na to da se više ispolji njegova ženska strana. Međutim, u adolescentskom dobu može se pobuniti protiv takvog okruženja, pa će tad agresivnije ispoljavati svoju mušku stranu i težiti da bude mačo-tip.

Osim genetske uslovljenosti i okruženja, treći stub koji balans muške i ženske energije dovodi u željeno stanje potiče iz ideologije. Sve o čemu u knjizi govorimo lako se može podvesti pod znak pitanja jer postoji milion i jedna teorija o tome kakvi muškarci i žene treba da budu, a svaka

od njih zapravo potiče iz različitog ideološkog stanovišta. Jedna knjiga vam može reći da povećate mušku energiju kako biste je polarizovali u odnosu na žensku. Druga će vam reći da zaronite u sebe i tamo pronađete balans.

Svestan muškarac je svestan kakav je rođen i svestan je svoje prirode. Ko spozna svoju pravu prirodu nema razloga da je potiskuje. Takođe, on je svestan i različitih vrsta uslovljavanja koja su uticala na njegovo formiranje, i ta svest mu daje mogućnost svesnog izbora. Njegova muškost nije automatski biološki određena niti je produkt različitih glasova koji su mu govorili kakav treba da bude. Muževnost svesnog muškarca je poput umetničkog dela: svestan dar svetu, koji mu omogućava da bude potpuno dosledan sebi, da se osloni na svoju snagu i da u potpunosti doprinese svakom na koga ima uticaj.

Ali svest sve menja. Skoro sve što izgovorite ili učinite može biti doživljeno različito, zavisno od toga da li je urađeno s namerom ili refleksno. Jednostavan primer je bes: kada vas obuzme, lako vas može odvesti na pogrešnu stranu – u nasilje. U većini slučajeva, posle se kajemo što smo u trenucima besa nešto uradili ili rekli, jer je posledice obično teško popraviti. Ali to ne znači da je ispoljavanje besa uvek nužno destruktivno. Ako vidite odraslu osobu da povređuje dete, ili ako ste svedok velike društvene nepravde, svesno izražavanje besa može biti nešto najbolje što možete da uradite. Razlika između ove i nekih drugih situacija jeste ta što sad svesno birate da reagujete besno. Bilo šta što je urađeno svesno, a ne refleksno, proizašlo je iz samosvesti.

Ipak, valja napomenuti da svesni muškarac nije natčovek. On nije razvijeniji ili ostvareniji muškarac. Nije ni bogatiji ni muževniji ni moćniji. On nema veće mišiće, maljavije grudi ili brža kola. Svesni muškarac, odnosno način na koji mi koristimo taj termin, jednostavno označava muškarca koji je obratio pažnju na načine izražavanja svoje muškosti i postao ih svestan. Dakle, to je muškarac koji svoj život radije živi svesno nego refleksno.

Sada ćemo ukratko objasniti i formu ove knjige. Pre svega, zamišljena je kao duet, odnosno harmonija iz dva dela (ako ste nas ikada čuli kako pevamo, sigurno ste bili preplašeni). U jednom trenutku, Džon će želeći da preuzme reč i podeli s vama neku svoju priču ili anegdodu. To ćete prepoznati kada pasus počne sa: *Džon kaže...* Po istom principu, kada Ardžuna želi da vam se obrati, odeljak će početi rečenicom: *Ardžuna kaže...*

Veoma je teško naći temu za diskusiju, i na internetu i bilo gde drugde, koja toliko razbuktava strasti kao tema rodnog identiteta. I sami smo često bili prilično oštro napadani što uopšte govorimo o ovome.

Džon kaže: Nedavno sam u Norveškoj gostovao u jednoj televizijskoj emisiji sa još dva gosta – predsednikom Demokratske partije Švedske i norveškim premijerom. Obojica su odmah izneli stav da ne postoje nikakve razlike između muškaraca i žena i da je to društvena konstrukcija koja većito koči napredak u jednakosti i slobodi. Kada sam izneo kontraargumente, to je izazvalo pravi metež u medijima. Kanije sam malo istraživao i otkrio veliku studiju sprovedenu upravo u zemljama Skandinavije. Ona je utvrdila da su žene na radnom mestu pod dvaput većim stresom nego njihove muške kolege, a čak četiri puta većim stresom kod kuće. To pokazuje kako se ljudi slepo drže nekih stavova i žustro ih brane, iako naučna istraživanja jasno pokazuju da se nivo stresa žena povećava, a shodno tome, sreća se smanjuje.

Ardžuna kaže: Pre nekoliko godina snimio sam kratak film zajedno s našim zajedničkim prijateljem Gajem Hendriksom. Od čitavog tkanja istorije muškaraca i žena, bavili smo se samo jednom niti – načinom na koji su, kroz istoriju, muškarci bili dominantniji. To se činilo kao odlična ideja maloj grupi ljudi s kojom smo komunicirali preko grupe na Fejsbuku. Ali kada smo objavili video, koji je potom pogledalo više miliona ljudi, dobili smo smesta sedam pretnji smrću. Jutjub je pritom prepun osrednjih amaterskih filmova, ali njihovi autori ne dobijaju pretnje smrću, ali ni milionske preglede. Razgovor o rodnoj različitosti jednostavno živcira, jer je tesno povezan s tim šta mi mislimo da jesmo. Diskutovati

o bilo čemu što je povezano s bazičnim čovekovim identitetom izaziva osećaj ugroženosti – i, doslovno, potrebu da se bore do smrti.

Pošto smo sve ovo rekli, možda ćete se zapitati zbog čega su se ova dva momka, pored tolikih drugih tema, odlučila da ponovo džaraju osinje gnezdo rodnog identiteta?! Pre svega, ova knjiga nije ideološka. Mi nemamo fiksne ideje o tome kakav muškarac (pa samim tim i žena) treba da bude. Zbog toga knjiga nije teorijska već praktična. Osećamo da ima mnogo toga što muškarac može da prepozna o sebi, a što su vrlo jednostavne činjenice koje radikalno podižu osećaj sreće i pozitivno utiču na ljude oko njega. Nadamo se da ćemo ponuditi nešto što će omogućiti i veću slobodu izbora.

Imali smo priliku da pitamo muškarce koji je najznačajniji doprinos koji su ostvarili. Takođe, pitali smo i žene šta najviše cene kod muškaraca. Ovde se fokusiramo na dvanaest najvažnijih kvaliteta, koje vidimo kao karakteristične za svesnu muževnost. Neće svaki muškarac pokazati sve te kvalitete podjednako. U stvari, muškarac može biti svestan sebe a da uopšte nema neki od tih dvanaest kvaliteta. Jednostavno, možda nije izabrao da ih razvije.

Svako poglavlje podeljeno je u četiri dela. Prvo ćemo definisati kvalitet i istražiti biološke činjenice, potom ćemo razgovarati šta to stoji na putu muškarčevog razvitka, a zatim ćemo ponuditi i praktične vežbe. Na kraju, imamo i neke sugestije za žene, šta one mogu da učine da pospеше sve kvalitete muževnosti u muškarcu.

Kvalitet. Počecemo **mapiranjem** kvaliteta, šta je zapravo i kako je povezan s muškom biologijom. Tu možete i odlučiti koji kvaliteti svesnog muškarca vam se čine važnim. Ako shvatite da je neki kvalitet već potpuno razvijen u vašem životu, možete slaviti. Ako primetite da je neki moguće i dodatno razviti, do nivoa umetničke forme, onda nastavite s čitanjem.

Prepreke na putu do uspeha. Ovde ćemo istražiti naporan put koji morate da preduzmete kako biste razvili sve kvalitete muževnosti. Mi smo svi podložni slojevitim uslovima, koji često čine teškim isticanje

onoga što možemo da ponudimo, a to nekada može biti i bolno. Međutim, mislite na ove poteškoće kao na deo vas; one vas mogu ometati i gurati vas u haos ako ih niste svesni, ali mogu biti i od pomoći, pa čak mogu da budu i smešne, kada ih spoznamo. Ključ je u čitanju ovog dela poglavlje po poglavlje, uz smirenost i otvorenost uma. Biti svestan nesvesnih navika, koje se mogu pružati i nekoliko generacija unazad, umanjuje njihovu moć mnogo više nego pokušaj da ih se potpuno oslobodimo ili da zbog njih okrivljujemo sebe na bilo koji način.

Vežbe. U svakom poglavlju insistiramo i na praktičnim vežbama, s kojima možete početi već danas da biste povećali određeni kvalitet, i to na način koji možda neće biti očigledan vama, ali koji će drugi ljudi i te kako primetiti.

Za žene. Na kraju, svesni smo da je samosvesna muževnost interesantna i ženama. Ovo je knjiga o muškarcima, ali nije namenjena samo njima. Žene širom sveta često pitaju: „Gde da pronađemo pravog muškarca?“ U svakom delu zato ističemo ovo: Ako ste u vezi, kako na najbolji način možete podržati vašeg partnera da ispolji neki svoj kvalitet? Ako ste same, kako da vam muškarac koji pokazuje određene kvalitete postane dobar partner?

Mi ne tvrdimo da smo ultimativni autoritet za pitanje muškaraca. Jednostavno, cilj nam je da osetite koristi od našeg decenijskog iskustva u ovoj oblasti i da ga primenite na ono što gledate svakodnevno – kako bespotrebno muškarci i žene pate zbog nerazumevanja svoje osnovne biologije. Ni mi, naravno, ne možemo znati baš sve o muškarcima, ali vas molimo da prihvatite pomoć u onom što znamo, a ostatak ostavite za neki drugi put. Na primer, obojica smo heteroseksualni muškarci. Nijedan od nas nema iskustva s istopolnim odnosima. Bila bi čista arogancija da mi sad savetujemo i neke gej muškarce kako da oforme stabilnu vezu. Zbog toga je ova knjiga pre svega namenjena heteroseksualcima. Ali i ako pripadate nekoj drugoj kategoriji, dobrodošli ste da učestvujete. Iskoristite i vi ono što može da pomogne, ali imajte uvek na umu da se *Planeta*

muškaraca ne odnosi na istopolne veze, jer u njima jednostavno nismo dobri.

Obojica smo u srećnim heteroseksualnim monogamnim vezama. Džon je u braku sa Boni već trideset godina, a Ardžuna sa Čameli trinaest, i obojica poštujemo monogamiju. Međutim, podjednako smo svesni da postoji i mnogo drugih načina za srećan bračni život, i da ne postoji dobar ili loš način. Neki ljudi danas istražuju poligamne veze – sa više partnera. Drugi su odlučili da ostanu sami i teže da ne ulaze u duge veze. Neki su izabrali čak i da budu aseksualni. Ova knjiga je pre svega namenjena heteroseksualnim monogamnim muškarcima, jer njih dobro poznajemo iz ličnog iskustva i već smo podržavali takve muškarce da napreduju u životu. Ipak, ne gajimo iluziju ni da za njih imamo sve odgovore. Prema tome, proučite sve, a onda usvojte ono što smatrate da bi vam moglo biti korisno.

Nakon svega ovoga što smo rekli, pređimo na prvi i možda najvažniji aspekt svesnog muškarca: njegov osećaj misije i svrhe.