

Polaritet – passionens källa

Relationer tar sällan slut på grund av brist på kärlek, oftast tar de slut på grund av brist på intimitet eller brist av passion. Det finns gott om exempel på relationer där man fortfarande känner kärlek till sin partner, men man saknar gnistan och lusten, passionen, som särskiljer två människor som gillar varandra och bor under samma tak från två människor som gillar varandra och fylls av lust vid blotta tanken på varandras närvaro.

Hur uppstår passion?

När vi först möter en människa så tilltalas vi ofta av likheter, det är till stor del likheterna som skapar grunden, myllan, där kärleken kan spira. Exempelvis delar vi viktiga värderingar, har liknande synsätt på livet, prioriterar liknande saker i livet.

Det som gör relationen stabil är det ni har gemensamt och det som skapar passion är det som är era motsatser, er polaritet. Vårt perspektiv för denna artikel är alltså att kärlek och passion är två skilda delar i en relation. Det kan finnas kärlek utan passion, likväl som det kan finnas passion utan riktig kärlek. För en långvarig relation där båda får sina behov tillfredsställda och där det pulserar av livslust oavsett hur länge vi varit tillsammans så krävs både kärlek och passion i en gemensam dans.

Om kärlek oftast gror ur likheter, så uppstår passionen i olikheternas land. Olikheterna skapar dynamiken som föder passionen. Polariteter ger energi. Precis som en magnet inte är blott mer än en metallklump om dess poler hade lika laddning, det är när polerna har olika laddning som en magnet får sin oemotståndliga kraft.

Polaritet i en relation är det samma som en tydlig dans mellan en manlig energi och en kvinnlig energi.

Påverkan i dagens samhälle

I vårt svenska samhälle där det finns en stark strävan efter jämlikhet så riskerar gränserna mellan manlig och kvinnlig energi att suddas ut. Vi strävar ofta efter rättvisa framför passion och samhörighet. För många är det viktigare att uppgifterna i hemmet delas lika än att mannen gör uppgifter som tar fram hans manliga energi och kvinnan gör uppgifter som tar fram hennes kvinnliga energi.

Manlig och kvinnlig energi

Alla har en manlig eller kvinnlig kärna och för att må så bra som möjligt så är det viktigt att leva i den energin. Det kan vara så att en man innerst inne har en kvinnlig kärna eller en kvinna har en manlig kärna. Som vi konstaterade ovan så är det viktiga för passionen att vi har polaritet. Det spelar alltså inte roll om det är en man med genuint kvinnlig kärna som lever tillsammans med en kvinna med genuint manlig kärna. Om dessa båda kan tillåta sina inre kärnor, sina inre väsen, att blomma så finns förutsättningar för en stark passion och livslust där.

Det samma gäller i en homosexuell relation. Där kan två kvinnor ha olika kärnor och det är oftast också de homosexuella relationer som varar med kraft och energi över tid där det finns en person med tydlig manlig, respektive kvinnlig energi.

Det vanligast förekommande är dock en man med manligt centrum, manlig kärna och en kvinna med kvinnlig kärna. När vi fortsättningsvis skriver manlig och kvinnlig energi så är det alltså inte likhetstecken mellan man och kvinna även om så oftast är fallet.

Hur vet man vad man har för kärna?

Ett sätt att tydliggöra detta är att ställa dig frågan, vill jag helst bli tagen och erövrad av min partner eller vill jag ta och erövra min partner? När vi talar om polaritet och passion så behöver vi släppa det så kallat socialt acceptabla sättet att prata om relationer där vi ofta klär det i fina ord, utan istället komma till det mer basala i oss. Djuret i oss om man så vill. Passion hittar man i de mörka känslorna, det är ofta känslor som vi gömmer och skäms över. Vi har ofta lärt oss att det är fult.

Vi kan också formulera frågan som vad som väcker mest lust i dig? Tanken på att med kärlek bli erövrad och tagen av en manlig energi där du kan släppa kontrollen och bara låta dig själv flyta i ett hav av känslor? Eller tanken på att kraftfullt stå upp och med ett urbergs energi erövra ett kvinnligt väsen och få det att känna sig dyrkat i varje por?

Det är viktigt att också förstå att alla människor har båda energierna i större eller mindre utsträckning och det bästa är om man med lätthet kan välja vilken energi man har användning för i stunden.

Filippa: För mig har det tidigare varit viktig att visa min styrka genom att kunna genomföra saker som visar min fysiska styrka så som att borra med slagborren, hugga ved eller bära tunga saker. Jag trodde att kvinnlighet var svagt, att be om hjälp var svagt, att inte klara av allt själv var svagt, men har nu lärt mig att det är tvärt om. Att våga vara sårbar genom att vara sig själv är starkt. Det hjälper i sin tur andra att våga göra det samma, ta bort fasaden. Jag vet också att jag kan smälta den manliga styrkan med min kvinnlighet och ta fram den ömma sidan hos honom även när han är arg.

Kvinnlig energi är en ocean av känslor, den är gränslös, ett fritt flöde av kärlek till alla och envar. Att ta små problem och göra dem stora och vältra sig i dem, är också ett kännetecken för kvinnlig energi. Manlig energi handlar mycket om att begränsa, skapa tydliga ramar, att bemästra. Gärna ta stora problem och göra dem små så att de lättare kan lösas dem.

Att i en relation hjälpa varandra att bejaka dessa kvinnliga respektive manliga sidor blir oerhört viktigt för passionen.

Markus: En riktigt god tankeställare jag fick var när jag insåg att vi män har lätt att hitta till vår manliga energi när vi blir utmanade av en annan man. Då kommer det naturligt att stå upp och vilja bemästra situationen. Till exempel i samband med att utöva sport. När vi män, jag själv definitivt inkluderad, blir utmanade av en kvinna så är det inte alltid lika självklart att vi står i den manliga energi som kvinnan då söker. Kvinnans utmaning kan komma i form av anklagelser eller upprördhet som jag som man kan uppleva är riktad mot mig personligen. Jag har själv tidigare haft lätt för att bli ett barn som känner sig orättvist behandlat och uttrycka

det eller bli kritisk och börja kasta tillbaka skit åt det andra hållet. Tar jag utmaningen fylld av manlig energi står jag istället kvar som en fura och älskar min kvinna än mer ju mer upprörd och anklagande hon blir.

Vi behöver kunna leva i båda energierna

De flesta kvinnor vill ha en man som både är stark, vet vad han vill och vem han är och vart han är på väg och samtidigt omtänksam, öm, givande, kärleksfull och fullkomligt närvarande (en förmåga att kunna sätta sig in i sin partners kropp och känna vad de känner och som är mer av kvinnlig energi).

Män vill ofta ha en kvinna som är spontan, lekfull, kärleksfull och givande, men som också har en inre styrka i sin kvinnlighet och vet vad hon vill.

Avslutningsvis

Om du redan idag lever i en relation som är full av livslust, passion och energi, grattis! Vi tror att du kommer att finna att en starkt bidragande orsak till detta är tillståndet av polariteter. För dig som idag lever i en relation där det finns kärlek, men du upplever att du saknar den där extra gnistan, för dig hoppas vi att du kan ta perspektivet av olikheter och se hur ni kan utveckla det i er relation. Vi kommer att återkomma till detta ämne senare och ge fler exempel på hur detta kan påverka en relation och praktiska tips för hur man skapa mer passion i sin relation.

Upplevelse

Denna upplevelse är lika med en uppgift. Din uppgift är att först och främst konstatera vad du upplever dig själv vara i din kärna, manlig eller kvinnlig energi.

Om du är kvinnlig i din kärna, är din uppgift sedan att hitta tre sätt som du redan använder dig av eller som du skulle vi använda dig av för att bejaka din kvinnliga energi. Gör sedan dessa tre åtminstone en gång var den närmaste veckan. Exempel på vad andra upplevt som aktiviteter som stärker kvinnlig energi är shopping, skönhetsvård och samtala fritt med väninnor.

Du som är manlig i din kärna har säkert listat ut vad din uppgift är vid det här laget. Hitta tre sätt som du redan använder dig av eller som du skulle vi använda dig av för att bejaka din manliga energi. Gör sedan dessa tre åtminstone en gång var den närmaste veckan. Exempel på vad andra upplevt som aktiviteter som stärker manlig energi är hugga ved, kampsport och att konstruera något som kräver logiskt tänkande och fysiskt arbete.

Denna artikel är skriven av Filippa Adolfsson och Markus Eriksson. De lever ihop och arbetar för mänsklig växt. De har tillsammans grundat medieföretaget Media for Life, www.mediaforlife.se. Genom Passionate Teamwork vill de nå ut till framförallt par, men också till människor i andra former av relationer.