



Karmamudra

Paar- Sein - Beziehung leben
Weibliche & Männliche Energie in Polarität und Einklang



STUFEN DER LIEBE IN BEZIEHUNGEN

Die wesentlichen Aspekte im Paar- Sein sind in unserem tantrischen Ansatz die Unterscheidung des ganz - oder teilkörperlichen Fühlens eines Energiestroms in der eigenen Person und die Qualität des gemeinsamen Strömens (oder dessen Empfinden) der Körper im Paar- Sein.

Hierbei spielen Ursprungserfahrungen in der Herkunftsfamilie, gezeigte und energetisch verdeckte Macht-, Bindungs-, Sexualitätsmuster aus der Herkunftsfamilie und dem nahen Umkreis ebenso wie vorangegangene Beziehungs- und Trennungserfahrungen eine Rolle. Auch vorgeburtliche, transnatale, mortale und postmortale Erfahrungen früherer Existenzen können Einflüsse haben.

Hier in Tabellenformen ein paar Einblicke in die Hindernisse und Entwicklungsmöglichkeiten:

Grund	Energie/ Körperempfinden	Reich/ Ebene/ Qualität
Sexualität aus Zwang, Quälerei, Mordlust	Ambivalent sadistisch/ masochistisch Zustände mit Schock, Freeze, Fugue	Traumatisierende Hölle mit dem Zwang, anderen oder sich selbst dies periodisch anzutun Adrenalin- Sex Träume von Dämonen
Sexualität aus Gier und Neid	Vergleichend, kindhaft, möchte alle Liebe, Nähe und zahlt oder bezahlt mit Sex, spaltet rituell Elternverbindung mischt sich in bestehende Verbindungen anderer ein	Reich der hungrigen Geister, nie zufrieden zu stellen, da aus Gier und Neid keine Liebe entstehen kann



Karmamudra

Paar Sein - Beziehung leben
Weibliche & Männliche Energie in Polarität und Einklang



Sexualität aus mentaler oder körperlicher Überspannung mit Aggressionselementen	Emotionalisiert nach dem Kontakt Macht oft gekränkt, beschämt oder mit Verzögerung wütend	Menschen- und Affenreich, typische Tiergattung: Bonobo Träume von angespannter Wiederholung ohne nachhaltige Befriedigung
Sexualität aus Momenten erlittener Beschämung	Führt zu Distanzierungsempfindungen und einem Gefühl von Leere oder Herzlosigkeit	Reich der eifersüchtigen Götter Träume von Sexualität ohne Herz
Sexualität als manipulative „Waffe der Lust“	Kenntnisreiche Verführungskünste an der Verführung mehr interessiert als an authentischem Andern Sexualität als erotisches Kunstwerk	Reich der gefallenen Götter Träume von vergoldeten Romanzen und Filmepen
Tantrischer Raum	Sexualität als geöffnete Energieform, die absichtslos tanz miteinander und Energie gibt, verjüngt und energetisiert	Reich der Tara und des Buddha

Eine weitere Rolle spielt die Fähigkeit zwischen Autonomie und Nähe ein balanciertes, individuelles Verhältnis zu finden. Der Begriff der Kollusion zeigt auf, was hindert:

Narzisstische Kollusion	"Bewunderer" (regressiv)	"Narzisst", "Star" (progressiv)
<i>Anfängliche Beziehung</i>	Toll, dass Du so grandios und selbstbewusst bist!	Toll, dass Du mich so bewunderst, verehrst und bestätigst!
<i>Konflikt/Kollusion</i>	Unerträglich, dass Du so böse und rücksichtslos bist. Deine aufgeblähte Selbstherrlichkeit demütigt mich!	Unerträglich Deine demütige Kaninchenhaltung, die mich einengt, verpflichtet und mir Schuldgefühle macht!



Karmamudra

Paar Sein - Beziehung leben
Weibliche & Männliche Energie in Polarität und Einklang



Orale Kollusion	"Pflegling" (regressiv)	"Mutter", "Helfer" (progressiv)
<i>Anfängliche Beziehung</i>	Es tut mir gut, dass Du mir so viel innige Geborgenheit vermittelst!	Es tut mir gut, dass Du Dich mir so bedingungslos anvertraust!
<i>Konflikt/Kollusion</i>	Unerträglich, dass Du mich ständig als Kleinkind behandelst, außerdem gibst Du mir nicht genug!	Unerträglich, dass Du mich mit Deinen Ansprüchen total auslaugst und es mir überhaupt nicht dankst!

Anale Kollusion	"Untertan" (regressiv)	"Herrscher" (progressiv)
<i>Anfängliche Beziehung</i>	Toll, dass Du so stark, aktiv und durchsetzungsfähig bist!	Schön, dass Du so nachgiebig und lieb bist!
<i>Konflikt/Kollusion</i>	Unerträglich, dass Du so autoritär und tyrannisch bist!	Unerträglich, dass Du wie eine Marionette bist!

Phallische Kollusion	"Softi", "Graue Maus" (regressiv)	"Macho", "Weib" (progressiv)
<i>Anfängliche Beziehung</i>	Toll, dass Du so typisch männlich/weiblich bist!	Toll, dass Du mich in meiner Männlichkeit/ Weiblichkeit so bewunderst!
<i>Konflikt/Kollusion</i>	Unerträglich Deine aufgesetzte Männlichkeit/ aufgedonnerte Weiblichkeit! Bist Du überhaupt potent?	Unerträglich Deine Farblosigkeit (auf sexuellem Gebiet)! Du machst mich impotent.



Karmamudra

Paar Sein - Beziehung leben
Weibliche & Männliche Energie in Polarität und Einklang



Die Lösung

Ziel einer Therapie oder auch der Eigenarbeit ist das Einspielen eines freien und flexiblen Gleichgewichts. So können die Kollusionsthemen zu einer beiderseitigen Bereicherung werden:

- a. *narzisstisch*: durch die Bestätigung des Partners als eine abgegrenzte individuelle Persönlichkeit,
- b. *oral*: durch ein gegenseitiges Geben und Nehmen,
- c. *anal*: durch Solidarität ohne Zwang,
- d. *phallisch*: durch gegenseitige Ergänzung in der Geschlechteridentität.

Lösung:

<i>narzisstisch</i>	"Bewunderer" (regressiv)	"Narzisst", "Star" (progressiv)
	... "muss" selber mehr Selbstwertgefühl entwickeln	... "muss" einsehen, dass er nicht vollkommen ist
<i>oral</i>	"Pflegling" (regressiv)	"Mutter", "Helfer" (progressiv)
	... "muss" selbstständiger und weniger anklammernd werden	... "muss" passiver werden und lernen, sich auch ´mal ´was zu nehmen

<i>anal</i>	"Untertan" (regressiv)	"Herrscher" (progressiv)
	... "muss" lernen, sich selber besser zu vertreten und durchzusetzen	... "muss" lernen, auch ´mal nachzugeben und einzulenken
<i>phallisch</i>	"Softi", "Graue Maus" (regressiv)	"Macho", "Weib" (progressiv)
	... "muss" sich etwas geschlechtsspezifischer verhalten; Mann: männliche Seite entwickeln Frau: weibliche Seite entwickeln	... "muss" sich etwas sachlicher verhalten; Mann: "weibliche Seiten" zulassen Frau: "männliche Seiten" zulassen



Karmamudra

Paar Sein - Beziehung leben
Weibliche & Männliche Energie in Polarität und Einklang



Ein weiterer Gesichtspunkt ist die Betrachtungsweise von David Deida, die in körperorientierten Erfahrungsräumen und Atemübungen den Energiestatus der Partnerschaft dokumentiert,

sowie das dynamische Beziehungsmuster der vorhandenen Elementarenergien, der sogenannten „5 Wisdom Energy“ aus dem tibetischen Buddhismus und dem Modell der 5 Rhythmen nach Gabrielle Roth.

Diese beiden Methodiken, die oft Grundlage der Abende- und Tagesveranstaltungen sind, haben wir in separaten Dateien schon vor längerem unter www.tantrica.de und www.karmamudra.de genauer beschrieben.

Zum Abschluss dieses Einblickes in die Hintergründe der energetischen Paararbeit, die erst einmal den tantrischen Raum eröffnet, ihn aber noch nicht in der Vollständigkeit erfüllt.

Nun ein Text von David Deida, übersetzt von Christine Janson erschienen im Connection Tantra Newsletter 4/05)

„Die drei Stadien der Intimität

Wenn du verstehst, in welcher Art von Beziehung du gerade steckst, kannst du auch verstehen, welcher Schritt als nächstes dran kommt. Welcher dieser drei Beziehungsformen kommt deiner jetzigen oder letzten Beziehung am nächsten: Abhängigkeit, 50/50, oder Spirituelle Liebesbeziehung? Jeder dieser drei Stadien beinhaltet eine Wachstumschance, wenn du bereit bist, deine eigenen intimen Beziehungsmuster liebevoll und mit viel Humor anzusehen.

1. Abhängigkeits - Beziehung

»Männer sind Männer, und Frauen sind Frauen«In einer Abhängigkeitsbeziehung werden Sex und Macht oft schmerzlich miteinander verbunden; Partner verwechseln oft das Verhältnis von Meister/Sklave mit echter Liebe. Sie sind in einem Machtspiel miteinander verstrickt. In einer Abhängigkeitsbeziehung will einer der Partner dominieren, und der andere gibt sich selbst dabei auf, um geliebt und akzeptiert zu werden. In einer Abhängigkeitsbeziehung sind Partner aneinander gebunden durch Geld, emotionalen Halt, Kinder oder Sex. Obwohl der Sex in dieser Art von Beziehung meistens gut ist (vor allem in der Zeit der Versöhnung nach einem Streit), fühlen sich die Partner oft eingeeignet durch eine altmodische Rollenverteilung oder ein Ungleichgewicht von finanzieller oder körperlicher Macht. Deshalb versuchen sie, in die nächste Beziehungsstufe überzuwechseln. Sie lernen Grenzen zu ziehen, auf sich selbst zu achten und sich nicht immer nach den Wünschen des Partners auszurichten.



2. 50/50 Beziehung

»Sichere Grenzen und gleiche Erwartungen an Mann und Frau.«

Partner in einer 50/50 Beziehung wollen sich sicher fühlen. Die 50/50 Beziehung ist die »moderne« Beziehungsform in der zwei unabhängige Menschen zusammengefunden haben, um eine harmonische Partnerschaft zu führen. Von jedem der Partner wird erwartet, dass er genauso viel Verantwortung übernimmt wie der andere. Meistens hat jeder sein eigenes Einkommen und sie haben einen Plan erstellt, wie sie die Haushaltskosten miteinander teilen können. Deshalb versuchen sie beide gleichermaßen ihre maskulinen und femininen Eigenschaften zu kultivieren – zu Hause und am Arbeitsplatz. Allerdings haben viele von uns entdeckt, dass es ein potentiell Problem gibt bei diesem Ideal einer 50/50 Beziehung. Wir beginnen unsere Lebendigkeit zu verlieren. Sexualität verliert ihre Leidenschaft. Unser inneres Feuer beginnt zu verglühen, und wir haben tief im Inneren das Gefühl, das uns etwas fehlt. Wieso? Weil die meisten von uns eine sexuelle Ausprägung haben, die eher männlich oder weiblich ist als neutral und ausgewogen. Daher kann als Nebenwirkung unseres Bemühens um eine 50/50 Beziehung unser natürlicher, eher männlicher oder weiblicher Wesenskern unterdrückt werden oder verhungern. Für einige von uns ist diese Form von partnerschaftlicher Ausrichtung absolut ausreichend. Andere beginnen sich in dieser Art von Beziehung unwohl zu fühlen und sehnen sich danach tiefer berührt zu werden in einer leidenschaftlicheren Beziehungsform.

3. Spirituelle Liebesbeziehung

»Ich entspanne mich ins Einssein und verschenke spontan meine tiefsten Gaben.«

Wenn wir über die 50/50 Beziehungen hinausgewachsen sind, haben wir keine Angst mehr davor, uns in der Liebe zu verlieren. Es wird Augenblicke geben, da werden wir bitten und wimmern und dann wieder unseren Partner leidenschaftlich verschlingen. Zu anderen Zeiten wird unsere Liebe friedlich und sanft sein. Aber ganz gleich ob wir schreien, kreischen, bitten, drängen, ziehen, beißen oder umarmen: Wir schenken unserem Partner unsere hemmungslose und freie Liebe, die direkt von unserer sexuellen Essenz kommt – ohne Angst oder Zweifel. Am Allerwichtigsten ist es zu verstehen, dass in einer spirituellen Liebesbeziehung Liebe etwas ist, das wir aktiv beeinflussen können und nicht etwas, in was wir hinein- oder herausfallen. Liebe ist etwas, das du trainieren kannst wie Tennis spielen oder Geige – nicht etwas, das du entweder fühlst oder nicht. Wenn du darauf wartest, dass du Liebe fühlst bei leidenschaftlichem Sex oder in einer sicheren Unterhaltung, dann machst du einen Fehler. Liebe ist etwas, woran du ganz aktiv beteiligt bist – und wenn du sie praktizierst, dann fühlst du sie. Liebe ist ein aktiver Prozess, und sie lässt sich trainieren. Deshalb lernen wir in dem Stadium der Spirituellen Liebesbeziehung, wie wir Liebe aktiv beeinflussen können, selbst wenn wir uns verletzt fühlen, zurückgewiesen oder ihr widerstehen. Zunächst praktizieren wir Liebe aktiv, und dann beginnt unser angeborener, sexueller Wesenskern zum Vorschein zu kommen – ganz natürlich, unweigerlich, weil wir lernen, aus unserm tiefsten Sein zu schöpfen. Das ist die Wurzel unserer Sexualität.



Bei der Arbeit mit erwachenden Menschen fand David Deida häufig den Bereich der Liebesbeziehungen und der Sexualität am stärksten verworren und unklar. Drei Arten von Liebe werden häufig verwechselt: (1) Liebe als Offenheit ja zu sagen (Liebe zu meinem Haustier, meiner Arbeit, meinen Kindern), (2) romantische Liebe - Wenn mit dem richtigen Partner erst alles in Ordnung ist, wird die Welt für immer perfekt und (3) Polarität - Die magnetische Anziehungskraft zwischen den Polen. Schwerpunkt der Arbeit von David Deida ist es, die Offenheit zu erhöhen und Licht in diesen Bereich des Menschseins zu bringen.

Drei Stufen:

Vereinfacht betrachtet sind wir von Moment zu Moment in einer der drei folgenden Stufen: In der ersten Stufe leben wir für uns selbst: für meine Gefühle, meine Wünsche, meine Triebe - das was ich will. In Liebesbeziehungen wollen wir etwas vom Partner/Partnerin: Sicherheit, Geborgenheit, Sex, geliebt werden. Es entwickeln sich dann Muster von Co-Abhängigkeit zwischen den Partnern.

In der zweiten Stufe beginnen wir zu erkennen, dass die Anderen auch berechnigte Gefühle, Wünsche und Bedürfnisse haben. Wir können uns darüber austauschen, uns abgrenzen und einen Ausgleich zwischen den Bedürfnissen versuchen herzustellen. In Liebesbeziehungen verwenden wir z.B. den kontrollierten Dialog: "Ich sehe, dass du jetzt ärgerlich bist. Ich bin für deinen Ärger aber nicht verantwortlich. Kannst du mir bitte sagen, ob du mich verstanden hast." Dabei sind uns die ungeliebten Gefühle, unsere Muster und Gedanken oft im Weg. Viele Therapien versuchen, uns den Übergang von der ersten Stufe in die zweite zu erleichtern. In der dritten Stufe haben wir erkannt, dass es weder um uns noch um den Anderen geht, sondern etwas viel größeres sich durch uns ausdrücken möchte. Nur wenn wir uns in den Moment hinein öffnen und entspannen, können wir die Quelle durch uns hindurch wirken lassen.

Viele Wege zur dritten Stufe sind möglich. Wir können uns alleine oder mit anderen und mit spirituellen Lehrern oder ohne öffnen. Eine Möglichkeit die Welt zu betrachten ist, dass die Einheit sich als Zweiheit zeigt, als Sehnsucht sich zu erfahren und wieder zu vereinen. David Deida beschreibt diesen Weg.

Deidas Arbeit kann in drei Stufen genutzt werden: (1) damit ich erfülltere Liebesbeziehungen führen kann, (2) damit ich mich besser mit meinem Partner über unsere unterschiedlichen Bedürfnisse verständigen kann und (3) um mein Herz zu öffnen, das Herz des Partners zu spüren und zu tun was ihn/sie tiefer in die Liebe bringt.



Das Yin-Yang-Spiel:

Die Zweiheit zeigt sich als Yin und Yang Energie. Während die Yin Energie alles was ist umfasst, was lebendig, im ständigen Fluss uns umtost, ist die Yang Energie die pure, unbewegliche Bewusstheit. Konkret drückt sich diese Polarität in einem ganzen Spektrum von Yin und Yang Kräften aus, die wir sowohl in Frauen als auch Männern finden.

Die Yin Energie ist z.B. gerne identifiziert mit: Gefühlen, der Komplexität von Beziehungsnetzen, Liebesdingen, Familie, Schönheit, Musik, Bewegung und Essen. Die Yang Energie ist z.B. gerne identifiziert mit: Ziele verfolgen, gewinnen, sich auf eine Aufgabe konzentrieren oder in Leerheit meditieren.

Frauen und Männer können das bunte Spektrum von Yin und Yang Energie in sich entwickeln. Etwa 80 % der Frauen fühlen sich jedoch zutiefst entspannt und zuhause, wenn sie sich mit dem Yin Teil identifizieren. Entsprechend ist es bei etwa 80 % der Männer mit dem Yang Teil. David Deida beschreibt dieses als Identifikation mit der weiblichen bzw. männlichen Essenz (Wesenskern). Zu wissen welche Energie der eigene Wesenskern hat, löst einen großen Teil der Verwirrung bereits auf.

Etwa 10 % der Frauen fühlen eine stärkere Identifikation mit der männlichen Essenz und sind todunglücklich, wenn sie - auf Grund ihrer körperlichen Geschlechtszugehörigkeit - diesen Teil nicht leben sollen. Für ca. 10 % der Menschen gibt es eine gleichförmige Anziehungskraft durch beide Energien. Auch in homosexuellen Beziehungen finden wir diese Energiefelder. Für 20 % der Leser/innen passen Deidas Aussagen daher zunächst nicht, wenn wir sie zur Vereinfachung als "männliche" und "weibliche" Energie übersetzen.

Es gibt Standard -Dramen die wir unbewusst wieder und wieder kreieren: Der Yin Teil möchte geliebt sein. Sie denkt sich - so scheint es - unablässig neue Prüfungen aus, um sich der Liebe des Yang Teils zu vergewissern. Keine positive Erfahrung scheint davor zu schützen wieder tief in das Gefühl von "ungeliebt sein" zu fallen. Der Yang Teil lebt mit dem Drama des Erfolges, etwas erreichen, zu Ende bringen oder in Ordnung bringen. Er denkt sich (unbewusst) neue Herausforderungen aus und ist allenfalls kurz mit dem Erreichten zufrieden. Beide Dramen sind in der Liebesbeziehung auf geradezu perfide Weise zu einem Drama Ping -Pong verknüpft. Ausweglos bleibt nur die Hingabe an den Augenblick und - bei steigender Bewusstheit - das Herausspringen aus dem eigenen Muster um dem Partner zu geben, was er/sie gerade braucht.



Tiefe und Weite

Im Yin und Yang Aspekt unseres Seins steckt jeweils ein ganzes Spektrum unterschiedlicher Energien. Diese können als Figuren oder Rollen beschrieben werden.

Die Yin Energie umfasst z.B. die Mutter, das Mädchen, die Hure, die Großmutter, die Hausfrau, die Nährerin, die Erdgöttin, das Mann-Weib, die gnadenlose Zerstörerin, die Anlehnungsbedürftige, die Göttin Kali und viele andere mehr.

Die Yang Energie umfasst z.B. den Krieger, den Vater, den Schamanen, den Kumpel, den König, den Buben, den Don Juan, den Großvater, den Weisen, das Arbeitstier und viele andere mehr.

Es ist sehr nützlich für Männer und Frauen das ganze Spektrum der Yin und Yang Energien zu entwickeln und spielen zu können. Gerade die Aspekte, vor denen wir zurückweichen, enthalten entscheidende Wachstumsimpulse. Oft erkennen wir diese an den Urteilen, die wir über andere haben, die diese Eigenschaften zeigen. Zur kunstvollen Entwicklung unseres Spektrums helfen beharrliche Freunde, Männer- bzw. Frauengruppen, Gemeinschaften und Workshops. Das volle Spektrum verspricht Abwechslung und viele Gründe beim Partner zu bleiben.

Und die meisten von uns entdecken irgendwann eine existentielle Verbundenheit zu entweder dem Yin oder Yang Aspekt des Seins. Zu erlauben, dass unser Kern zutiefst weiblich oder männlich fühlt, kann eine neue Tiefe in unser Leben und unsere Liebesbeziehungen bringen. Erkennbar ist dies z.B. an einer leidenschaftlichen, tiefen Sexualität.

Schalen um die Essenz

Als Kinder und Jugendliche wurden wir oft nicht unterstützt, unsere weibliche bzw. männliche Essenz zu entfalten. Das Mädchen bekam vielleicht mehr Anerkennung für Erfolge in der Schule und legte so eine männliche Schale um ihre spielerische, weibliche Essenz. Als Teenager versuchte sie den erfolgreichen Mädchen nachzueifern, und legte nun ein falsche weibliche Schale um sich. Nach einer enttäuschten Liebesbeziehung schwor sie sich, nicht mehr weich zu sein und legte nun erneut eine männliche Schale an u.s.w.

Der Junge konnte mit seinen mutigen Spielen am Rand der Herausforderung nicht die Liebe seiner Mutter gewinnen. Er legte sich eine falsche weibliche Schale an. Als Jugendlicher wollte er gern so wie die erfolgreichen Bandenführer sein und Mädchen erobern. Dazu legte er sich eine falsche männliche Schale an. Ist er damit nicht erfolgreich, legt er erneut eine weibliche Schale an, um mehr Intimität zu einer Frau zu gewinnen u.s.w.

Im Alltag begegnen sich Mann und Frau aus diesen Schalen heraus – ein sehr eingeschränkter Ausdruck von Liebesfähigkeit. David Deida beschreibt Wege, sich von weiblicher Essenz zu männlichen Essenz zu begegnen und dazu die Schalen durchlässig werden zu lassen.



Karmamudra

Paar Sein - Beziehung leben
Weibliche & Männliche Energie in Polarität und Einklang



Partnerwahl:

Berühren wir uns mit den deformierten Schalen, kann es sein, dass eine Delle genau zur Form des Partners passt. Wurden wir z.B. als Kind nicht geliebt, fühlen wir uns zu einem Menschen hingezogen, der kaum fähig ist zu lieben. Dies fühlt sich für uns sehr vertraut an, fast wie zu Hause und wir nennen dieses Gefühl "Verliebtsein."

Nach Abflauen der hormonellen Bindung empfinden wir wieder den gleichen Mangel, den wir als Kind erlebt hatten. Wir glauben, den falschen Partner gewählt zu haben und suchen uns wieder einen ähnlichen. Dabei ist der einzige Weg aus dieser Falle, Bewusstheit über diesen Prozess zu erlangen und dem Partner genau das zu geben, was wir selber haben wollen. Diese unbewussten Entscheidungen für einen Partner sind typisch für die erste und zweite Stufe. In der dritten Stufe können wir jeden Menschen zum Partner nehmen. Bedingungslose Liebe ist nicht abhängig davon, wie der Partner ist. Eine spirituelle Liebesbeziehung, ein Übungsraum zum Wachstum in die dritte Stufe, beginnt mit der Entscheidung für einen Partner. Was macht es für einen Sinn gleichzeitig verschiedene Partner auszuprobieren, wenn es noch nicht einmal mit einem in der Tiefe möglich ist. Dann ist allerdings alles möglich. Da wir selbst blind sind für unsere eigenen Muster, brauchen wir für diese Entscheidung das Feedback unserer Freunde des gleichen Geschlechts. Wenn du als Frau den Auserwählten deinen spirituellen Freundinnen vorstellst, und sie sagen "der ist nicht gut für dich," lass die Finger davon - auch wenn du verliebt bist. Umgekehrt ist die Herausforderung noch größer, d.h. wenn du noch nicht sicher bist und Zweifel aufkommen, und sie sagen "der ist gut für dich," dann behalt ihn - auch wenn du ihn lieber abschießen würdest.

Polare Liebesbeziehungen

Was für Eigenschaften suchen Frauen in Ihrem Partner, was empfinden sie als "sexy" ? Am häufigsten werden genannt: Präsenz, (innere) Stärke, Leidenschaft, Richtung und Humor, d.h. über den ernsten Dingen stehen können. Was für Eigenschaften suchen Männer in Ihrer Partnerin? Ja, Männer wollen hauptsächlich "das Eine" - etwas differenzierter: (innere) Schönheit, sexuelle Offenheit, Vertrauen in die Richtung des Mannes, Unterstützung für die Vision/Mission des Mannes und gesunde Ausstrahlung. Für den Mann ist die Attraktion der weiblichen Energie wesentlicher Antrieb im Leben, die Liebesbeziehung selbst jedoch oft die zweite Priorität nach seiner Mission. Dies ist einerseits schmerzhaft für die Frau mit ihrer starken Identifikation mit dem Drama von geliebt werden. Andererseits wirkt der schmachtende Dackel auf viele Frauen gar nicht attraktiv. In der zweiten Stufe verlieren Liebesbeziehungen oft ihre erotische Spannung, da die Partner sich um ein ständiges Gleichgewicht bemühen. In der dritten Stufe entscheiden sich die Partner bewusst eine starke Polarität wieder herzustellen - durch alle Muster des Verschließens und Zurückziehens hindurch. Dies geschieht dadurch, dass die Frau sich um die Entwicklung ihrer Yin Anteile bemüht und gegenüber ihrem Partner diese offen zeigt. "Ich bin das Licht und der Ozean, voller Zärtlichkeit und Wildheit - komm, tauch ein". Der Mann vertieft seine Männlichkeit indem er seine Aufgabe/Mission findet, seine Angst besiegt und seine Präsenz zur Frau und in die Welt trägt. Ein Mann, der weiß wo er hinwill, gibt der Frau die Chance zu wählen:



"Wo dieser Zug hinfährt, da will ich auch hin. Ich folge dir. Nimm mich. So komme ich weiter, als ich es allein könnte." Hier liegt der Schwerpunkt der Unterstützung auf dem Weg in die dritte Stufe, die David Deida annimmt. Polarität schafft ein Feld von Energie und Bindung, in dem Heilung, gemeinsames spirituelles Wachstum und mehr Bewusstheit für die eigenen Muster stattfinden kann. Bequem und schmerzfrei sind spirituelle Liebesbeziehungen nicht. Jeder Moment ist entweder ein Fest der Liebe oder des Wachstums. Manchmal kommt Angst auf, wieder in die erste Stufe zu fallen.

Das Ende der Liebesbeziehung

Oft geben Männer zu schnell eine Liebesbeziehung auf: "Aua, das war ein schmerzhafter Streit, jetzt verlasse ich dich." Oder sie vermissen aus dem großen Spektrum der Yin Energie etwas und glauben dies in einer neuen Liebesbeziehung zu finden. Frauen halten meist länger an Liebesbeziehungen fest, als ihnen gut tut: "Er schlägt mich seit Jahren, ist Alkoholiker und verliert ständig wieder seine Arbeit, aber meine Liebe wird ihn noch zu einem guten Menschen machen." David Deida empfiehlt auch hier, dass Feedback unserer Freunde des gleichen Geschlechts. Wenn deine Freundinnen dir bestätigen, dass du sechs Monate lang alles versucht hast, um deinen Anteil zum Wachstum zu einer spirituellen Liebesbeziehung beizutragen und das Ergebnis ist für deine Freundinnen zu mager, ist es besser für dich zu gehen. Für einen Mann empfiehlt Deida die Zeit von drei Jahren.„

David Deidas Bücher sind beim Kamphausen Verlag erschienen.