

## ENERGIA MASCHILE E ENERGIA FEMMINILE: UN INCONTRO POSSIBILE?

Monica Introna



Ogni essere umano possiede ed esprime l'Energia Vitale Universale e coloro che la usano, coscientemente e deliberatamente, sono persone che hanno trovato se stesse, persone che creano continuamente le circostanze della loro vita: ciò che pensano e sentono, ciò che credono e affermano, ciò che segretamente sperano e temono plasma e determina questa sostanza creativa e ne costituisce la forza

motrice.

Ci sono due principi fondamentali attraverso i quali agisce il processo creativo: il primo è il *principio attivo*, l'altro è il principio del non intervento, ovvero del *lasciare che le cose accadano*.

Questi due principi creativi esistono in tutto l'Universo e si manifestano in tutti gli aspetti della nostra vita. Essi regolano tutto ciò che accade ma, affinché il risultato di qualunque cosa sia costruttivo, devono interagire in maniera armoniosa per completarsi reciprocamente. Quando questi due aspetti si conciliano, le due forze, apparentemente opposte, si muovono verso una sola meta.

Il *Principio attivo*, o *Principio Maschile* è caratterizzato da spirito d'iniziativa che l'individuo mette in atto deliberatamente con un fine orientato verso la creazione di qualcosa di nuovo, rimuovendo ogni possibile ostacolo. Gli sforzi sono necessari complementi allo spirito d'iniziativa che caratterizza questo Principio. Esso è espansivo e determina le azioni, con le relative conseguenze. Le azioni influenzano l'ambiente circostante.

Il *Principio del non intervento*, o *Principio Femminile* implica, invece, la capacità di lasciare che le forze attive, caratterizzate da un movimento interno, pulsante ed involontario, continuino ad operare fin quando non raggiungono il loro scopo; comporta la capacità di essere ricettivi e di aspettare con fiducia e pazienza che i risultati giungano a maturazione. Ciò non vuol dire che non ci si debba assumere le proprie responsabilità, anzi.

Se si rinuncia ad auto-attivarsi e ci si arrende all'autorità di un'altra persona, divenendo passivi, non si è nell'Energia Femminile. Una donna che rinuncia alla sua autonomia e diventa dipendente dal suo compagno è una caricatura della femminilità. Ella scarica sul suo compagno la sua paura di vivere con la conseguenza che essa aumenta, così come aumenta la paura nei confronti dell'uomo dal quale dipende. E' per questo che il Principio Femminile, o Femminilità, viene spesso erroneamente associato all'incapacità, alla passività e all'inferiorità, mentre il Principio Maschile, o Mascolinità, viene altrettanto spesso erroneamente associato alla forza bruta e alla superiorità.

L'Energia Maschile e l'Energia Femminile sono presenti sia negli uomini che nelle donne. Varia solo la quantità relativa in ogni essere umano, nonché il grado ed il modo in cui si rapportano fra loro. L'uomo sano e realizzato non esprime esclusivamente il Principio Attivo, né la donna sana e realizzata

esprime soltanto quello Passivo. Entrambi gli aspetti devono manifestarsi nell'uomo e nella donna, ma le aree in cui vengono applicati sono diverse. L'uomo esprime la sua energia maschile in modo preponderante, sia nel mondo del lavoro che in quello casalingo, ma esprime contemporaneamente una meravigliosa capacità di accogliere e ascoltare (molte donne penseranno che ce ne siano davvero pochi in giro per il mondo!) tipica dell'energia femminile.

La donna sana e realizzata è in grado non solo di accogliere la Vita in tutte le sue manifestazioni (basti pensare all' "attesa": nove mesi per lasciare che una creatura si sviluppi nel suo ventre) ma anche di attivarsi per assumersi le responsabilità familiari, sociali ed economiche che le competono.

Per questo l'unione fra un uomo e una donna può essere soddisfacente, se aspetto maschile e femminile sono in armonia in ciascun partner. Solo quando viene rispettata questa condizione vi può essere armonia nella coppia. Ma... quante coppie conoscete in armonia fra loro grazie ad un buon mix di energia maschile e femminile? Io poche. E sapete perché? Perché nessuno ci ha mai spiegato che un buon rapporto di coppia dipende dalla *maturità di entrambi i partner* che non è certo scontata solo perché hanno l'età per avere rapporti sessuali e procreare (!).

Ma il motivo per cui oggi, più che ieri, i rapporti di coppia "saltano" con più facilità è, a mio parere, dovuto anche al fatto che la donna negli ultimi decenni è profondamente cambiata.

L'emancipazione dal ruolo di angelo del focolare l'ha portata a sviluppare una quantità enorme e sproporzionata di energia maschile. Negli anni '70 il femminismo ha rivoluzionato il ruolo della donna nella società e nel rapporto di coppia. Con l'avvento della pillola anticoncezionale ha potuto porre fine all'"incubo" di ogni donna in età feconda, e poi la legge, che ha liberalizzato l'interruzione volontaria della gravidanza nel 1978, ha completato il quadro dell'emancipazione da una condizione di sostanziale sottomissione all'uomo. Sottomissione venuta idealisticamente meno anche in ambito professionale, quando la donna ha assunto quell'atteggiamento maschile indispensabile per affermarsi in un ambito sociale e lavorativo di stampo maschilista.

In questi trenta-quarant'anni la sua condizione sociale è radicalmente cambiata: ha acquisito quel ruolo attivo nella società che le permette di esprimersi in modo dinamico ed eclettico. Ha sviluppato molta Energia Maschile a scapito della sua innata Energia Femminile che ha ridotto notevolmente e che non la rappresenta più.

E l'uomo? L'uomo è molto disorientato, comprende che la donna "ha i suoi diritti" ma non sa come collocarla nel *menage* familiare, visto che lavora come lui e, se convivono o sono sposati, deve sobbarcarsi impegni e oneri un tempo riservati esclusivamente a lei. Si sente depauperato di quell'energia falsamente maschile che lo poneva al centro di una famiglia classica nella quale era un po' padre-padrone, o almeno l'unico responsabile economico e pertanto "servito e riverito" quando tornava a casa stanco. Ma è anche un ruolo in cui egli stesso non si riconosce più: l'uomo si chiede "Perché devo mantenere questa donna?" "Perché devo garantirle il sostegno economico?" Il bello è che la donna non glielo chiede più, vuole essere autonoma e non dipendere da nessuno. Quindi, in un rapporto di coppia, entrambi lavorano ed entrambi contribuiscono al *ménage* familiare. Tutto torna. O no? No.

L'uomo e la donna non si riconoscono più nella diversità energetica che un tempo li attraeva e li completava, in una società che garantiva loro sostegno a condizione che ognuno ricoprisse il ruolo che, per generazioni, era stato dei propri genitori.

Il guaio è che il legittimo diritto della donna ad essere autonoma e indipendente dall'uomo si è scontrato con l'immatunità psicologica dell'una e dell'altro, con la conseguenza che l'autonomia femminile si è declinata in competizione con l'uomo, sul lavoro e in casa.

Troppa energia maschile ha dovuto sviluppare la donna per potersi appropriare dei suoi diritti negati fino a non troppi anni fa. Lo scotto che sta pagando è molto alto: quanto più si impegna per affermarsi professionalmente tanto più il rapporto sentimentale ne risente. Solo se rimane single almeno fino a quarant'anni può sperare di vivere rapporti importanti che non la limitino nella sua corsa al successo e che abbiano la durata necessaria per essere vissuti bene, dopo di che ci si può lasciare senza troppi rimpianti.

E se non è single? E se ci sono anche dei figli? Beh, sicuramente deve fare i conti con il tempo necessario alla famiglia, con chi le può tenere i figli durante il lavoro e, una volta a casa, chiede al marito di "aiutarla" a svolgere quelle mansioni che lui vorrebbe continuare beatamente a ignorare, da vero "maschio" (!).

Insomma, un quadro non dei più esaltanti della condizione dell'uomo e della donna in questo inizio di secolo.

Cosa possiamo fare allora per trovare una nuova modalità per rapportarsi a se stessi e quindi alla coppia del terzo millennio?

Forse la soluzione c'è.

L'uomo deve riappropriarsi del suo ruolo di "guerriero" che tanto l'ha inorgogliato per secoli e secoli, ma con uno diverso spirito di condivisione delle responsabilità con la sua donna. Egli non può essere uomo con la "u" maiuscola finché non si libera dall'aggressività e distruttività che ha caratterizzato la sua natura nei millenni passati e che ora non gli serve più per procacciarsi da vivere. E' necessario che prenda coscienza di questa espressione distorta dell'energia maschile per poterla controllare e contrastare.

La donna deve focalizzare la sua attenzione sulla sua Energia Femminile per potersi connettere con il suo Sé più profondo e autentico. Deve riuscire a trovare un equilibrio fra la dimensione attiva (che ha sviluppato in modo abnorme in questi ultimi decenni) e la dimensione ricettiva che la caratterizza.

Una donna può essere veramente femminile solo se sceglie di auto-determinarsi non dipendendo dall'uomo, né economicamente né psicologicamente, ma evitando di assumere comportamenti competitivi. Per diventare forte e responsabile in modo femminile, è necessario che si assuma le responsabilità della sua vita. Può farcela solo se mette a nudo i problemi psicologici che ha sviluppato durante la sua vita, a partire dalla sua infanzia e dunque in collegamento col padre e con la madre. Allora non avrà più paura di arrendersi completamente, di lasciarsi andare, e di lasciarsi guidare dalle forze inconscie che si muovono dentro di lei.

Infine, entrambi possono percorrere la via della maturità psicologica risolvendo i conflitti che li affliggono e di cui spesso accusano l'altro, non riconoscendoli in se stessi.

Considerato tuttavia che la donna sembra avere una maggiore propensione a mettersi in discussione e a fare dell'introspezione, rivolgiamo a lei questi ultimi consigli: DONNA, riscopri quel fantastico potenziale femminile di cui sei naturalmente dotata. Un potenziale che hai tenuto fino ad oggi segreto in un angolino della tua psiche, con la conseguenza di non riuscire più a vivere una vita sentimentale felice e ancor meno socialmente soddisfacente.

Scopri che puoi essere molto femminile e godere dalla tua femminilità senza vergognartene. Scopri che si può giocare con la propria seduttività e provarne piacere, senza nulla togliere alla grinta e vivacità che puoi continuare ad esprimere nel lavoro e nelle relazioni sociali.

Potrai così scoprire com'è bello conoscere l'uomo nella sua diversità energetica e accoglierlo nella tua.

Solo così potrai apprezzare l'uomo che, amato e rispettato nel suo essere maschile, potrà rivelarsi un compagno attento e amorevole nei tuoi confronti.

Un compagno rispettoso a sua volta della bellissima energia femminile che saprai esprimere senza più veli.