

## Världens viktigaste ämne

Kanske inte för världen.. men för dig. I din värld är relationer det utan konkurrens både viktigaste och svåraste. Jag skulle med lätthet kunna fylla ett års inspirationsbrev med det här ämnet, så jag väljer att fokusera på en relation.. parrelationen.

### Vad som gör relationen så viktig

Många arter har lättare att klara sig själva än människan. Tex med hjälp av kamouflage, gift, styrka eller snabbhet. Vi fick istället nöja oss med ett intellekt, som skulle visa sig vara överlägset.. men bara om den användes i grupp. Så våran önskan om att vara en del av ett socialt sammanhang är djupt rotat inom oss, och handlade ursprungligen om överlevnad.

Samhällsutvecklingen har nu både sprungit ifrån, och varvat evolutionen, så det ursprungliga behovet upplever vi knappt. Men beteendet som är sprunget ur behovet, det upplever vi.. varje dag.

### Men alla vill ju inte leva i en parrelation?

Det stämmer.. dock väldigt sällan. Abraham Maslow beskrev delvis det här i sin [behovshierarki](#). Och även i Sverige finns det människor som har utmaningar med sina basala behov för överlevnad; nivå 1 och 2, och som därmed inte finner någon motivation för att utveckla nivå 3; relationer.

För majoriteten som väljer att leva utanför en parrelation, så finns önskan men inte modet - man törs inte, inte sällan baserat på dåliga erfarenheter.

### 3 komponenter i en harmonisk parrelation

Dom tre komponenterna i en harmonisk parrelation är grupperingar som har en mångfald av innehåll. Dom tre är; kärlek, vänskap och utveckling. Misstaget är att stirra sig blind på komponentens benämning, då den säger långt ifrån allt. Här kommer en kort beskrivning och några exempel.

#### Kärlek

Den här komponenten innehåller sånt som skiljer parrelationen från alla andra relationer, tex passion och lust. Jag älskar mina barn, men är bara kär i min partner.

#### Vänskap

Här återfinns allt det jag känner för och gör med vänner. Tex att samtala, dela med sig, stötta, umgås och leka.

#### Utveckling

Som jag nästan tjatat om är en relation ingen isolerad enhet som jag/vi utvecklar, utan jag/vi utvecklas. Den här komponenten handlar om att utvecklas som människa, tex emotionellt, intellektuellt, i arbete och privat.

### Hur många av de 3 behöver du?

Hur många, och vilka av de tre komponenterna vi behöver i vår parrelation är individuellt. För en del (jag) behövs alla tre, medan andra kan känna harmoni med bara två. Att känna harmoni med bara en är om inte en utopi i så fall självbedrägeri. Allt detta skall jag nu försöka förklara och exemplifiera.

Alla som har sett eller upplevt en parrelation med alla tre komponenterna uppfyllda, behöver inte någon vidare förklaring varför den relationen andas harmoni. Det är när en komponent saknas, och paret ändå är lyckliga som kan behöva förklaras.

#### När kärlek saknas

För mig är det här den komponent som definierar en parrelation, men nu är det inte mina preferenser som avgör. Det finns par som värderar vänskapen i relationen så högt att man lägger all krut där, på bekostnad av kärlek. Nu tror jag inte att ett sådant förhållande lever helt kärlekslöst.. men förhållandevis.

#### När vänskapen saknas

Paret jobbar, äter, sover och älskar.. passionerat. Däremellan fyller dom sin fritid med aktiviteter och samtal utanför parrelationen.

#### När utveckling saknas

Här hittar vi den vanligaste konstellationen i lyckliga parrelationer med bara två komponenter.. men då bara i begränsade perioder. Tex när den ena står tillbaka i sin utveckling för den andres skull.

### **Men dom som saknar alla 3 i sin relation då?**

Ja du, i ärlighetens namn har jag aldrig sett en sådan parrelation, än mindre upplevt den själv. Jag misstänker att det förekom både ett och flera sådana förhållanden för 100 år sedan. Men idag.. tja, katastrof är min spontana tanke.

Det som tyvärr är vanligare idag, är förhållanden där man bara har en komponent. Tyvärr eftersom även om man bara har en komponent så finns det något att bygga på. Istället väljer allt för många att bita ihop för husfridens, barnens, osv skull.

Och hur sådana yttrar sig har jag skrivit om tidigare, och kan du läsa om här: [parrelationer och sandlådor](#)

### **Nya format på inspirationsbrevet**

Från och med det här brevet kommer det att finnas tre format att ta del av.

**HTML:** formaterat och läses i valfri webbläsare

**PDF:** oformaterat och läses eller skrivs ut med Adobe Reader

**MP3:** lyssnas på med valfri MP3-spelare

I och med det här kommer jag inte att maila ut själva brevet till prenumeranter, utan bara en länk till [hemsidan](#).

Sidan för inspirationsbrev är också uppdaterad. Äldre inspirationsbrev ligger nu uppe med, utöver rubrik, kort introduktion samt kategori.