



SYSTEMERSKAP – vägen framåt

Tänk så fantastiskt att något så inspirerande och roligt som att samarbeta med andra kvinnor, kan vara vägen till en värld där alla levande varelser respekteras och äras. En värld där empati, intuition och samhörighet rätar upp den skevhet som vi i dag nästan har accepterat som självklar.

Av mina bästa vänner fick jag en t-shirt med texten I'm your sister. Jag älskar den för den berättar så väldigt mycket av den tid vi lever i. En tid där kvinnor sakta men säkert börjar upptäcka vilken kraft som skapas och vilka möjligheter som ges när vi samarbetar. Idén om att flickor inte kan vara fler än två när de leker för att det då blir bråk, är en myt som tillsammans med många andra myter håller på att tappa fästet. Vi börjar i stället förstå att det händer stora saker när kvinnor arbetar tillsammans, och efterlängtnade förändringar sker.

Nu vill jag med en gång vara tydlig med att denna

artikel absolut inte handlar om att kvinnor är mer värda än män, eller att männen nu ska exkluderas. Är du man och läser detta så ska du förstå att det handlar lika mycket om dig. Det systerskap som börjar bli så viktigt för världen inkluderar även män. Skillnaden är att vi denna gång lär av kvinnor och att vi låter kvinnorna visa vägen – en väg som vi alla ska gå. Tillsammans. Vi har provat broderskapet och det har varit väldigt exkluderande och ofta mycket elitistisk. Effekterna är den obalans som män och kvinnor, för att inte tala om jorden, lever med i dag. Nu är det helt enkelt dags att prova något nytt.

Maskulina och feminina energier

Den obalans vi lever med, handlar i grunden om en obalans mellan den feminina och den maskulina energin; två energier som utgör balansen i hela vårt universum. Den feminina energin går inåt, den känner, lyssnar, söker där inga kartor finns, den existerar i tomrummet. Det



är med den feminina energin vi förstår varandra, såväl som oss själva, och som vi använder när vi reser mellan världarna för att förstå ännu mer.

Den maskulina energin är utåtgående, den hjälper oss att komma upp ur sängen på morgonen, den får oss att strukturera dagen och den hjälper oss att sätta saker i rörelse. Den tar intentionen från tomrummet och materialiserar den.

Inspiration är ett bra exempel för att förstå balansen mellan de två. Med hjälp av den feminina energin kommer vi i kontakt med idéerna kring det vi vill skapa, och med hjälp av den maskulina energin får vi dem gjorda.

Den obalans vi har beror på att enbart den maskulina energin uppskattas och prioriteras. Det har gjort att denna fantastiska energi haltar och har blivit en skugga av sin ursprungliga kraft. Den fungerar nämligen bara i balans med den feminina energin.

Till det yttre visar detta sig främst som en skevhet

mellan män och kvinnor, och den finns ju förstås. Men det är nedtryckandet och förringandet av den feminina energin som är den egentliga orsaken. Män som förtrycker kvinnor, eller anser dem vara mindre värda – förtrycker sin egen feminina energi och tycker ofta inte att deras egna känslor, intuition och drömmar är något värda.

Känslor, intuition och drömmar är ju oerhört viktiga och när man inte tillåter sig att vara i kontakt med dem, det vill säga inte accepterar hela sig, utvecklas lätt ett självhat som alltför ofta hanteras genom att man projicerar ut det på de som bär den energin så tydligt, det vill säga kvinnor. Detta gäller förstås även för kvinnor som trycker ner och förminskar andra kvinnor. Frågan vi behöver ställa oss är förstås varför vi är så rädda för den feminina energin.

Patriarkatets marknadsföringskampanj

Det går inte att prata om systemskap utan att prata om patriarkatets påverkan på oss. Myten om att kvinnor bara kan umgås två och två är förstås ett resultat av en flertusenårig marknadsföringskampanj som förts i syfte att vi ska glömma kvinnors storhet, såväl som vikten av att män och kvinnor kan och bör leva i balans med varandra.

För att förstå hur lurade vi är behöver vi få lite perspektiv på historien. All tolkning av historien har gjorts av forskare under de senaste trehundra åren. Om du funderar på vilken kvinnoosyn som härskat under denna era förstår du vilka glasögon arkeologer och historiker har haft på sig, medvetet eller ej. De har helt enkelt tolkat sina fynd och den nedtecknade historien med en förförståelse att kvinnan alltid har varit det svagare könet och att män alltid har varit normen och de som varit mest lämpade att leda. Det gör att vi lugnt kan tillåta oss friheten att förstå att det finns en hel drös av alternativa tolkningar som inte syns.

Denna bild av kvinnor och mäns roller och förmågor, går max tiotusen år tillbaka. Den slog egentligen inte igenom förrän för cirka femtusen år sedan. Vi har levt på jorden i över 300 000 år, och det är många civilisationer som har kommit och gått under den tiden. Idén om att män är bättre lämpade att leda, är alltså inte gammal. Alls. Ändå tar vi det för en sanning. Det får man kalla en lyckad kampanj, eller vad säger du?

Varför blev då kvinnor och det feminina så farligt?

Tänk dig en tid då inget egentligen konkurrerade med det som naturen visade. Där jorden gav liv till så ofantligt mycket, och där månen kontinuerligt visade sin rytm. Kretsloppet var synligt och kvinnor och honor visade samma förmåga att ge liv, och att ha en naturlig rytm. Det är inte svårt att förstå sig att en urmoder symboliserade ursprunget och att kvinnan var hennes avbild. Det är inte heller svårt att tänka sig att det som hedrades var livet och förmågan att ge liv. Det är med andra ord inte svårt att föreställa sig att kvinnan var viktig och att hon

stod i kontakt med det mystiska, med kunskapen, och att hon var en naturlig ledare – såsom många kvinnor är.

Arkeologisk forskning stöder förstås detta, men det viktigaste är att vi behöver börja se denna ordning som något självklart och förstå att den funnits i hundratusentals år.

En annan kär vän till mig läste nyligen *Freja* av Johanne Hildebrandt, en bok som på ett härligt skönlitterärt sätt visar på övergången från ett patriarkat till ett patriarkat. Min vän är klok och väl insatt i vad vi går igenom, men ändå berättade hon att det var en upplevelse att verkligen läsa om en tid då allting var tvärt emot vad vi har nu. Det visar tydligt hur djupt rotad bilden av kvinnors kompetens, möjlighet och självklara plats i samhället, är.

För tiotusen år sedan började nya mer krigiska strömningar att påverka oss och det kvinnor hade naturligt, började män som inte ville ingå i den äldre samhörigheten, att ta med våld. För att behålla makten påbörjade man kampanjen som gick ut på att förminska kvinnor. Målet var att få både män och kvinnor att tro på det som sades, att mannen var den naturliga ledaren och att kvinnans roll var underordnad. Under kommande årtusenden skrevs därför historier och sägner om, symboler bytte plats och kvinnans kropp och sexualitet började kontrolleras.

Det fanns bara en person som skulle kunna påminna en annan kvinna om hennes rättigheter och självklara status, och det var en annan kvinna. Därför kom den viktiga strategin att separera kvinnor från varandra. Logiskt och ganska intelligent, eller hur?

Återigen handlar inte detta om vem som är man eller kvinna i dag för vi har alla varit både män och kvinnor genom livet, och vi har alla varit delaktiga i skapandet av den samhällsordning vi har. Men med det sagt kan vi inte heller blunda för vad som skett, och hur det har gått till. Jag tycker själv att det är uppmuntrande – för har man kunnat vända historien en gång, kan vi definitivt göra det igen.

Systerskapet

Det som skiljer ett systerskap från ett broderskap är främst avsaknaden av hierarkier. I ett systerskap ser man varandra och respekterar varandras bidrag. Man vet att konkurrensen är en illusion, något som faktiskt inte existerar, eftersom var och en behövs. Ingen kan vara Lee bättre än jag, och jag kan inte vara en bättre variant av dig. Det går helt enkelt inte. Alla behövs vi, exakt som vi är.

Det är en djup utandning i den insikten, för det innebär att vi alla tjänar på att lyfta varandra. Alltid. För när jag lyfter dig och tillåter dig att stråla, lär jag mig att jag också får stråla. Det är samarbete i sin vackraste form.

Om vi i små och större grupper lär oss att det är fullständigt säkert att ge uttryck för vem vi är, genom att visa våra känslor, tankar, drömmar och skuggsidor, blir det lättare att låta den gruppen expandera ut i den



yttre världen tills den faktiskt innefattar allt som finns att innefatta. Helt plötsligt har vi skapat en ny värld, där alla får plats.

I ett systerskap behandlar vi varandra såsom vi själva vill bli bemötta, och på ett sätt som vi vill ska återspeglas ute i världen.

Det betyder självklart inte att vi behöver älska varenda kvinna på jorden. Vi behöver inte ens tycka om alla. Det som däremot skapar ett systerskap är att vi tillåter oss att se alla kvinnor, och respektera dem för just det faktum att de är kvinnor. För det innebär att de med sina berättelser och sina erfarenheter är en så oerhört viktig del i historien vi nu skapar.

För dig som är man, sker samma magiska helande när du tillåter dig att se alla kvinnor och respektera det faktum att de visar vägen. När det sker händer något med mänskligheten.

Vad kan vi göra för varandra?

Inkludera, stötta, erkänna och stå bakom – är några viktiga aspekter av systerskapet, som vi alla kan använda oss av.



Du är viktig

Inkluderandet innebär att vi inte köper myten om att kvinnor inte fungerar i grupp. Att vi inte heller köper de grupperingar som status, utseende och bakgrund skapar, utan tillåter oss att lyssna på varandra och låta hjärtat visa vägen. Systerskap handlar inte om att vara bästa vänner, utan om att inkludera och väga upp den nedprioritering som det senaste årtusendet ställt till med. Kvinnor har inte blivit lyssnade på under en väldigt lång tid. Det är bara lite drygt hundra år sedan vi fick rösträtt igen, så vi väger upp och helar obalansen genom att se och lyssna på våra systrar utan värdering eller förutfattade meningar om vad de har att säga.

Allt som gjorts helas genom att vi gör motsatsen. Patriarkatet drog pendeln långt åt ena hållet, nu drar vi den lika långt åt andra hållet. Såsmåningom hamnar pendeln till slut i mitten, i balans.

När vi ser varandra och lyssnar på vad vi har att säga, visar vi varandra att vi får lov att höra till. Att vi är viktiga och att vi behövs. Känslan av utanförskap, som är vår tids epidemi, helas genom att vi på djupet får känna att vi är inkluderade. Om det är en känsla du själv längtar

efter har du desto större anledning att visa din syster att det går, för inom kort har även du fått tillgång till denna härliga känsla av att vara viktig. Vi hjälper oss själva när vi hjälper varandra.

Du inspirerar

När vi ser att andra kvinnor tar steg som gör att de lämnar normen, ska vi applådera dem. Deras steg är våra steg, och när vi underlättar för dem, underlättar vi för oss själva att ta liknande steg. Att lämna normen för hur en kvinna ska vara, kan se ut på väldigt många sätt.

För någon kan det vara att starta ett företag, ansöka om patent på en uppfinning, eller ge sig in i politiken. För en annan kvinna kan det vara att skilja sig, gå ner i arbetstid eller helt enkelt lämna sitt tidigare yrke. För ytterligare en kan det handla om att ha på sig lite större örhängen, prova en ny stil på kläder eller kanske färga håret.

När vi ser att andra kvinnor tar steg som gör att de lämnar normen, ska vi applådera dem.

Hur vi upplever normen är fullständigt individuellt och har förstås att göra med vår uppfostran, vår personlighet, våra drömmar och våra behov. Även när det gäller de liv som vi tidigare levt här på jorden. Vi kan aldrig veta vad en annan människa behöver för att känna sig hel. Vad vi kan veta är att allas resa förenklas genom support och stöd.

Så ser du någon som förändras, heja på henne och skicka ett kärleksfullt stöd via ditt hjärta. Hon behöver inte veta att du hejar på henne, du kanske bara ser henne på stan eller på sociala medier – men energimässigt när din support garanterat henne. Du gör på så sätt omvärlden mjukare och mer välkomnande. Hon känner det, även om hon inte vet om att det är du som skapar det.

En källa till helande

Att undersöka sisterskapet är att undersöka sig själv. När vi ser en kvinna som vi retar oss på, har åsikter om och värderar hennes sätt att uttrycka sig och ta plats här i världen – då kan vi direkt tänka att vi speglar oss. Vad har hon som vi själva inte har? Mod kanske? Eller så behöver vi undersöka vad i hennes uttryck som egentligen triggas oss. Är hon för sexig, kaxig, korkad, har hon för stort självförtroende trots att vi inte tycker att hon har fog för det ... Vad det än är som vi retar oss på är det alltid en nyckel till vårt eget helande. När vi insett vad det är och helat det, kan vi i stället tänka på kvinnan ifråga med tacksamhet för att hon visade oss vägen till vårt eget helande.

Nolltolerans

Det finns ytterligare en viktig aspekt av systerskap som handlar om att inte tolerera att en annan kvinna behandlas illa. Det kan handla om att inte acceptera att man pratar illa om henne när hon inte är där, att inte falla in i smutskastande av en offentlig person eller att inte vända bort blicken när en flicka eller en kvinna blir illa behandlad framför ögonen på oss. Det kan också handla om att stödja organisationer som stöttar kvinnor och flickor som inte fått samma förutsättningar som oss. För varje räddad och stärkt kvinna kommer vi ett steg närmare ett fungerande liv för alla här på jorden. För dig som man kan det handla om att sätta stopp för nedvärderande skämt och samtal om kvinnor.

Självkärlek

All den respekt och acceptans vi lär oss visa varandra i ett systerskap är en utmärkt inspiration för oss själva. Varje gång vi känner oss stolta, accepterande och framgångsrika skapar vi en grund för alla att stå på. Ord bär och stärker vår övertygelse, och den i sin tur skapar vår verklighet. Att därför vara mån om att tala vänligt och uppsmuntrande och med integritet och styrka, gör att vi får den verklighet vi vill ha och leva i. Både när vi talar till oss själva, och till våra systrar.

Jag vill därför avsluta dessa rader med att säga att jag är glad att jag är din syster och att jag tror på oss. Jag tror på vår förmåga att göra de förändringar som vår värld så väl behöver. Så låt oss göra det!

Massa kärlek
Lee

Läs mer: *Ditt magiska jag* och *Revan i horisonten* av Lee Seger. Är du intresserad av historia är *Bågaren och svärdet* av Riane Eisler, en upplyftande bok som sätter saker i ett annat perspektiv.

Lee Seger är författare, inspiratör och arbetar sedan 15 år tillbaka med terapeutisk och energitransformerande healing. Hon vägleder bland annat i krönikor och på sociala medier. Tillsammans med sitt team driver Lee Daybyday Community, en digital plattform för helande, inspiration och gemenskap.

Böcker: *Revan i horisonten*, Lee Seger healingkort, *Ditt magiska jag – 13 steg till ett glimrande liv för dig, jorden och allt annat levande*. Besök www.leeseger.com och www.daybyday.community.

Facebook @LeeSegerAB, Instagram: @lee_seger

VAD VI KAN GÖRA FÖR VARANDRA

- Inkludera och hjälpa varandra att känna sig sedda och välkomna.
- Stötta och uppsmuntra, visa att vi uppskattar varandras utveckling.
- Respektera och glädjas åt varandras sätt, steg och drömmar.
- Se och höra varandras uttryck och berättelser, utan att värdera dem.
- Nolltolerans mot skvaller och nedvärderande samtal/skämt.
- Uppskatta och älska oss själva som vi är.
- Tro på att kvinnan och systerskapet är vägen framåt.



Foto Charlotte Strömwall