

Inhalt

Einleitung	9
1. Die moderne Datingmisere und ihr übersehenes Kernproblem	21
Was meine Paare mir erzählen	21
Polarität und Gleichberechtigung – kein Widerspruch	27
Polarität im Wandel der letzten 80 Jahre	29
Die Gillette-Werbung	35
2. Mehr Wokeness, weniger Datingerfolg?	39
Die Erweiterung der sozialen Geschlechter	39
Soziale versus biologische Geschlechter	46
Folgen des aktuellen Diskurses auf Beziehungen	51
Beziehungserwartungen an Männer und Frauen	54
Female Choice	57
Himmel und Hölle der Dating-Apps	61
Sind Männer und Frauen denn unterschiedlich?	67

3. Unser Steinzeitprogramm steuert uns bis heute	75
Das biologische Datingprogramm des Menschen	75
Was sagen Befragungen über Datingvorlieben aus?	79
Status des Mannes als Datingvorteil versus aktuelle Berufswelt	83
Schönheit und Jugend als Datingvorteil für Frauen?	87
Die Welt dreht sich immer um die gleichen Dinge	91
 4. Glücklich durch polare Beziehungen	93
Definition Polarität: Was genau ist polare Energie?	93
Wie wichtig ist Polarität für Beziehungen?	105
Polarität und Kennenlernen	110
Polarität und Dating	129
Queeres Dating und Polarität	152
Fallstricke des Onlinedatings	156
Polares Verhalten in Langzeitbeziehungen	161
Polarität und toxische Beziehungen	181
Wie kommt man in seine Polarität?	194
Moderne Polarität?	210

5. Der Zusammenprall von Mainstream und Polarität	213
Das Beispiel Catcalling: Sollen Männer sich mehr zurückhalten?	213
Radikalisierung: Red Pill und Co.	216
Wissen Frauen, was sie wollen?	225
Die Liberalisierung des Datingmarkts und ihre Folgen	228
 6. Spirituelle Aspekte: 5D-Beziehungen und Polarität	 231
Warum die aktuellen Kämpfe 4D-Charakter haben	231
Warum 5D-Beziehungen eine moderne Polarität brauchen	233
Warum wir auf ein weiblicheres Zeitalter zulaufen	235
Warum wir dennoch weibliche und männliche Seiten ausgleichen sollten	237
 Schluss: Alles hängt zusammen	 243
 Anhang	
Endnoten	247
Literaturverzeichnis	248
Register	250