

DR. THEODOR SEIFERT

Lebensperspektiven der Psychologie

Wege - Schnittpunkte - Gegensätze
Beiträge zur JUNG'schen Psychologie
opus magnum 2003

Alle Rechte vorbehalten
Erstmals erschienen Olten: Walter 1981



Vorwort / Einleitung

Vorwort, Einleitung

Kapitel 1

Zeitströmungen: Schnittpunkte und Bedingtheiten

Kapitel 2

Kulturschranken: Kulturmensch und krankes Tier

Kapitel 3

Gegensätze: Paradoxie und Einheit

Kapitel 4

Persona: Identität und Rolle

Kapitel 5

Vollständigkeit: Stufen und Ziele

Kapitel 6

Zeit: Vergangenheit - Gegenwart

Kapitel 7

Lebensenergie: Stillstand und Bewegung

Kapitel 8

Eltern: Lebensgestalt und Urtyp

Kapitel 9

Kindsein: Ungeborgenheit und Zukunft

Kapitel 10

Komplexe: Kraftfelder und Landkarten der Psyche

Kapitel 11

Das Selbst: Gegensatz und Einheit

Kapitel 12

Archetypen: Wirkkräfte und Leitbilder

Literatur

Literatur zu den einzelnen Kapiteln

Vorwort

{1} Beim Planen und Schreiben dieses Buches stellte ich mir immer wieder die Frage, ob es angesichts der vielen jährlich neu erscheinenden Bücher noch sinnvoll ist, ein weiteres hinzuzufügen. In meinem Erleben wiederholte sich eine Schwierigkeit, die viele meiner Leser kennen werden: Was vermag ich zu sagen angesichts vieler berufener Autoren, haben meine Gedanken und Worte Gewicht oder Bedeutung, will sie jemand kennen lernen? Der einzelne, auch der einzelne Autor, scheint heute in der Menge der Namen unterzugehen. Dass ich der Anregung von Frau Buhofer, meiner Betreuerin beim Verlag, dennoch nachging und zu schreiben begann, ist eng mit diesem Zu-sich-Stehen verbunden, ohne welches sich die Umrisse des Individuums auflösen.

{2} Die Gedanken und Forschungen C. G. JUNG's haben mir seit meinem ersten Studiensemester - damals fand ich an einem Buchwagen in Berlin die Einführung in die analytische Psychologie von Jolande JACOBI - mehr und mehr bedeutet. Sie waren für mich nicht nur in wissenschaftlicher Hinsicht sehr anregend und bilden die tragfähige Basis beruflicher Kompetenz als analytischer Psychotherapeut, sie öffnen darüber hinaus - und vor allem - Perspektiven, die das Leben in seiner Gegensätzlichkeit verstehen, ertragen und zugleich mit Mut und Hoffnung leben helfen. Dadurch werden dunkle Wegstrecken überschaubarer, Entscheidungen an Schnittpunkten des persönlichen Lebens transparent und sinnvoll. Vergangenheit und Zukunft können sich im gelebten Augenblick des Gefühls, des nächtlichen Traums, der Fantasie und des kritischen Denkens begegnen. Unlösbare Lebenssituationen erweisen sich in all ihrer Gegensätzlichkeit und Paradoxie, unvermeidbar wie uns zugleich überfordernd, auch als Quellen der Energie, die das Leben trägt und fördert. Meine Erfahrungen mit einer gelebten analytischen Psychologie bilden die persönliche Basis dieses Buches. Zur Anregung, Ermutigung und Wiederbelebung der Hoffnung möchte ich sie als "Lebensperspektiven" weitergeben.

{3} Für gute und sehr hilfreiche Unterstützung und Begleitung auf meinem Weg des Schreibens möchte ich Angela Waiblinger, Helmut Remmler und Viktor Zielen sehr herzlich danken, für beste Betreuung des Manuskripts danke ich sehr Frau Ines Buhofer und Herrn Franz Josef Metzinger sowie dem Verlag.

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>

1. Zeitströmungen: Schnittpunkte und Bedingtheiten

Thesen zum Thema

{4} "Zeitströmung" ist ein bildhafter Begriff. Er umschreibt Dynamik, Richtung und Ziel von Einflüssen und Kräften, die auf den Menschen einwirken. Die Zeitströmungen bestimmen weitgehend, wie wir leben, leben müssen und leben wollen.

{5} Zeitströmungen lassen sich inhaltlich genau kennzeichnen. Die Befreiung der Frau, die Entdeckung der Persönlichkeit des Kindes, das jahrhundertlang als kleiner Erwachsener gesehen wurde, oder der Umweltschutz sind hierfür nur einige Beispiele.

{6} Der einzelne wie auch die Gruppe, zu der er gehört, befinden sich im Schnittpunkt unterschiedlicher, zum Teil sogar gegensätzlicher und sich ausschließender Kräfte und Entwicklungslinien. Viele Menschen sind nicht nur von ihrer Zeit geprägt, sie verkörpern Zeitströmungen sogar im buchstäblichen Sinne, wie es beispielsweise der preußische Stil in Stimme, Körperhaltung und Charakterstruktur bewirkte. In diesem Sinne sind die davon Betroffenen solche Schnittpunkte.

{7} Die schöpferischen Prozesse der Psyche, wie sie sich in Kunst und Wissenschaft, aber auch in alternativen Lebensformen zeigen, haben engen Bezug zu den Problemen der Zeit. Die vom Wissenschaftler an die Natur und die Gesellschaft gestellten Fragen spiegeln die Eigenart einer Epoche wider und deuten weitere Entwicklungslinien an. Das gleiche gilt für den Künstler oder den "Aussteiger".

{8} Bedeutung, Art oder auch Verlust des Gottesbildes bestimmen die Zeitströmungen wesentlich mit. Die Göttin Vernunft der französischen Revolution oder der Tanz ums Goldene Kalb in unseren Volkswirtschaften und den persönlichen Lebensplanungen setzen Maßstäbe, die das Absolute ersetzen.

{9} Die zeitbedingten Einengungen bedeuten nicht so sehr eine Begrenzung unserer Freiheit, sie stellen Aufgaben dar und führen zu neuen möglichen und notwendigen Lösungen.

{10} Auch die neurotischen Erkrankungen sind inhaltlich weitgehend zeitbedingt. Einstellungen zur Sexualität, auch in ihren verschiedenen Formen (z. B. Homosexualität), Besonderheiten der Familienbeziehungen (allein erziehende Mütter und Väter, berufstätige Eltern), die Frage nach dem Wert des eigenen Selbst und die Suche nach dem Sinn sind einige der maßgeblichen Faktoren. Hinzu kommen allgemeine Belastungsfaktoren, häufig als "Stress" unspezifisch zusammengefasst.

{11} Konflikte und Lebensprobleme haben ganz persönliche, familienbezogene, aber mindestens im gleichen Ausmaß zeitbedingte Gründe. Die Suche nach Lösungen, die den eigenen Lebensvoraussetzungen entsprechen, bleibt trotzdem eine Verantwortung des einzelnen.

C. G. Jung zu diesem Thema

{12} "Wir finden im Kranken immer einen Konflikt, der in einem gewissen Punkte mit den großen Problemen der Sozietät zusammenhängt, sodass, wenn die Analyse zu diesem Punkt vorgedrungen ist, der anscheinend individuelle Konflikt des Kranken sich als ein allgemeiner Konflikt seiner Umgebung und seiner Zeit enthüllt. Die Neurose ist somit eigentlich nichts anderes, als ein individueller (zwar missglückter) Lösungsversuch eines allgemeinen Problems." (Anm. 1)

{13} "Bei der Neurose bestehen zwei Tendenzen, die zueinander in striktem Gegensatz stehen, und von denen die eine unbewusst ist. Dieser Satz ist absichtlich sehr allgemein formuliert; denn ich möchte damit hervorheben, dass der krank machende Konflikt zwar wohl ein persönliches Moment ist, aber zugleich auch ein im Individuum offenbar werdender Konflikt der Menschheit." (Anm. 2)

{14} "Der Neurotiker nimmt, ohne dessen bewusst zu sein, an den herrschenden Zeitströmungen teil und bildet diese im eigenen Konflikte ab. Die Neurose ist innigst mit dem Problem der Zeit verknüpft und stellt eigentlich einen missglückten Versuch des Individuums dar, in sich selber das allgemeine Problem zu lösen." (Anm. 3)

{15} "Jede Zeit hat ihre Einseitigkeit, ihre Voreingenommenheit und ihr seelisches Leiden. Eine Zeitepoche ist wie die Seele eines Einzelnen, sie hat ihre besondere, spezifisch beschränkte Bewusstseinslage und bedarf daher einer Kompensation, die dann eben durch das kollektive Unbewusste dermaßen geleistet wird, dass ein Dichter oder ein Seher dem Unausgesprochenen der Zeitlage Ausdruck verleiht und in Bild oder Tat das heraufführt, was das unverstandene Bedürfnis aller erwartete, sei es nun im guten oder im Bösen, zur Heilung einer Epoche oder zu deren Zerstörung." (Anm. 4)

{16} "An dieser Spannung hat jeder Anteil und jeder erfährt sie in der individuellen Form seiner Unrast und dies umso mehr, je weniger er eine Möglichkeit sieht, sie mit rationalen Mitteln zu beheben." (Anm. 5)

{17} "Das geistige Abenteuer unserer Zeit ist die Auslieferung des menschlichen Bewusstseins ans Unbestimmte und Unbestimmbare, wenschon es uns scheinen will - und dies nicht ohne gute Gründe -, als ob auch im Grenzenlosen jene seelischen Gesetze walteten, die kein Mensch erdacht, deren Kenntnis ihm aber durch <Gnosis> zuteil wurde in der Symbolik des christlichen Dogmas, an dem nur unvorsichtige Toren rütteln, nicht aber Liebhaber der Seele." (Anm. 6)

{18} "Wir haben das Haus zerfallen lassen, das unsere Väter gebaut, und versuchen nun, in orientalische Paläste

einzubrechen, die unsere Väter nie kannten. Wer die historischen Symbole verloren hat und sich mit <Ersatz> nicht begnügen kann, ist heute allerdings in einer schwierigen Lage: vor ihm gähnt das Nichts, vor dem man sich mit Angst abwendet. Schlimmer noch: das Vakuum füllt sich mit absurden politischen und sozialen Ideen." (Anm. 7)

Abhängigkeiten

{19} Wir sind "Kinder unserer Zeit". Dieses vielzitierte Wort enthält wichtige Gesichtspunkte. Wie so oft, vermittelt auch hier die Sprache in dichter Form Erfahrungswerte, die über Jahrhunderte oder noch länger sich erstreckende Zeiträume gewonnen wurden. Kinder sind von den Einstellungen, Charakterhaltungen und Wertsystemen ihrer Eltern und der sie führenden Erziehungsperson abhängig. Die ältere Generation weiß um Abhängigkeiten von Arbeitsverhältnissen, finanziellen Mitteln, Zugehörigkeiten zu sozialen Gruppen oder Parteien. Ehemänner fühlen sich von ihren Frauen, Ehefrauen von ihren Männern abhängig. Beide Partner sind gezwungen, sich mit den Schwierigkeiten ihrer Persönlichkeit und zugleich mit den Schwierigkeiten einer Ehe auseinanderzusetzen, wie sie sich in ihrer Zeit darstellt. Welche Ansprüche wir an eine Ehe stellen, was wir als Hoffnung, als vertretbare Forderung oder besondere Behinderung erleben, ist von Generation zu Generation verschieden. Die Möglichkeit, neben dem Ehepartner andere Beziehungen einzugehen, wird von manchen Paaren sehr ernsthaft diskutiert. Andere Paare, die schon lange miteinander gelebt und viele Konflikte durchgestanden haben, haben dafür wenig Verständnis. Was vordergründig als persönliche Freiheit und eigene Entscheidung erscheint, wird vor dem Hintergrund der aktuellen Zeitströmungen zu einer von außen angeregten oder aufgezwungenen Auseinandersetzung mit allgemeinen Ansichten und Lebensformen. Wie wir uns mit diesen Fragen auseinanderzusetzen vermögen, ist maßgeblich dafür, ob und wie wir psychisch erkranken. Unsere Art zu leben und zu leiden ist zeitbedingt. Wer in sozialer oder therapeutischer Hinsicht verantwortlich mit Menschen umgehen will, muss die offenkundigen, noch mehr aber die untergründigen Zeitströmungen kennen.

Zeitströmungen

{20} Es ist eine geläufige Redensart, vom "Fluss der Zeit" und von Zeitströmungen zu sprechen. Viele Worte der Sprache enthalten Bilder. Worte können nicht nur gehört, sondern auch betrachtet werden. Wir vermögen uns einen Fluss und seine Formen der Strömung auf vielerlei Weise vorzustellen. Es gibt ruhige, breit dahinfließende Flüsse, die fast träge oder stillstehend erscheinen. Dagegen sind Wildwasserbäche schmal und gefährlich; unerwartet tauchen Strudel auf, Tiefen und Untiefen finden sich in ihnen.

{21} Flüsse können austrocknen, bei Überschwemmungen treten sie über die Ufer und verursachen Störungen oder Katastrophen. Als Einzelpersonen, als kleine oder große Gruppen müssen wir uns in diesen Strom der Zeit hinein fantasieren. Noch scheint es Ortschaften und Landstriche zu geben, in denen "die Zeit stillsteht". Andersorts "jagt ein Termin den anderen", Hektik, Unruhe und Rastlosigkeit prägen den Umgang mit der Zeit. Die "grauen Herren", die, sichtbar und unsichtbar, den Leuten mit besonderen Versprechungen und Aussichten auf große Gewinne die Zeit stehlen, hat Michael ENDE in seinen Erzählungen über "Momo" vortrefflich dargestellt. (Anm. 8) Die Lektüre dieses Kinderbuches, das für Erwachsene ebenso spannend ist, vermittelt wieder ein Gefühl für den Strom der Zeit. Und dann gibt es ausgetrocknete Flussbetten, die kein Wasser mehr führen, nichts fließt mehr. Nur in der Erinnerung kann man an jene Zeiten zurückdenken, wo an dieser Stelle noch ein lebendiger Flusslauf zu sehen war. Jeder von uns bewegt sich freiwillig in diesem oder jenem Strom, wird vielleicht in noch höherem Maße bewegt, manchmal mit fortgerissen, ohne ausreichenden Halt zu finden.

{22} Junge Eltern waren vor einigen Jahren von den antiautoritären Ideen in der Nachfolge NEILLs (Anm. 9) sehr beeindruckt. Sie übernahmen diese Ideologie ohne kritisches eigenes Nachdenken in gutem Glauben. Der eigene Lebenshintergrund, geprägt von Enge und Gehorsam, von Unterwerfung und Zwang, bot hierfür fruchtbaren und vorbereiteten Boden. Heute erkennen wir, dass die Entwertung alter Normen zu Gunsten einer Impulsivität und fast absolut gesetzten Freiheit nicht nur Orientierungslosigkeit, sondern auch Beziehungsschwierigkeiten zur Folge hat. Bei diesen Heranwachsenden konnte sich kein Überich bilden, und die direkte affektive Auseinandersetzung mit den Eltern unterblieb. Damit fehlen auch notwendige Anreize für die Entfaltung einer eigenständigen Persönlichkeit.

Schnittpunkte

{23} C. G. Jung sprach davon, dass ein Patient, der an einer neurotischen Störung leidet, die herrschenden Zeitströmungen im eigenen Konflikt abbildet. Jedes Mitglied einer Gesellschaft stellt in gewisser Hinsicht ein "Bild" seiner Zeit dar. Die Selbstbeobachtung, aber auch genaue Beobachtung eines Patienten zeigen, welche Zeitströmungen und Entwicklungslinien sich in einem Leben treffen. Zum Teil überkreuzen sie sich, laufen parallel, verstärken sich gegenseitig oder heben sich auf. Es ist gar nicht schwierig, sich die Zerrissenheit des Menschen in dieser Weise vorzustellen. An der Frage des Wirtschaftswachstums zeigt sich ein typischer Konflikt solcher Art. Wir wissen, dass nur eine - wenn auch langsam - wachsende Volkswirtschaft die Voraussetzung für Vollbeschäftigung und Wohlstand wie auch die nötige Elastizität und Krisenfestigkeit garantiert. Gleichzeitig ist uns aber auch bewusst, welche Folgen die weitere und noch zunehmende Ausbeutung der Erde haben wird. Finden wir jetzt, unter den guten Lebensbedingungen keine Lösung dieser Frage, werden sich Lösungen unter erschwerten oder gar katastrophalen Bedingungen von selbst erzwingen. Es ist schon auf der persönlichen Ebene schwierig, hier eine Entscheidung zu fällen. Konsumverzicht bedeutet Absatzschwierigkeiten und Produktionseinschränkungen in der Industrie. Davon

hängen aber wiederum die Arbeitsplätze ab. Die geforderte Entscheidung im Schnittpunkt dieser Zeitströmung ist sehr schwierig und muss einseitig sein.

{24} Psychologie und Psychoanalyse haben Recht genaue Vorstellungen darüber, was im psychischen Organismus und in der Entwicklungsgeschichte eines Kindes passiert bzw. passiert sein muss, damit sich diese Zeitströmungen in ihm auf die jeweilige Weise abbilden. Leistung, Ehrgeiz und Besitz sind solche häufig vermittelten Werte. "Hast du was, so bist du was", sagt der Volksmund. Wir erkennen aber, wie gerade dadurch andere Werte, die sich in der persönlichen Beziehung, in Freundschaften und im Zeit-Füreinander-Nehmen ausdrücken, verloren gehen und die zugehörigen Bedürfnisse des Menschen frustriert werden. Um eine Beziehung wirklich zu pflegen und ihr Wachstumschancen zu bieten, müssen wir viel Zeit füreinander aufwenden.

{25} Wissenschaftliche Analyse, therapeutische Modelle und Methoden und nicht zuletzt das Selbstverständnis des einzelnen oder einer Gruppe müssen den Aspekt der Zeitströmungen und ihrer Verdichtungen im Schnittpunkt, das heißt aber in jedem persönlichen Leben, berücksichtigen. Der Respekt vor dem Individuum und seinem unwiederholbaren Schicksal muss mit dem Wissen um die kollektiven Strömungen der Zeit verbunden werden. Im Einzelfall ist es wichtig zu erkennen, auf welche Weise eine Mutter bei einem Kind zu aktuellen Lebensschwierigkeiten beigetragen hat. Persönliche Erinnerungen, charakteristische Erlebnisse, einmalige und belastende Ereignisse und eine nur diesem Menschen eigene Sichtweise sind die eine Seite. Sie muss ergänzt werden durch die großen Themen der Zeit, mit denen er sich, vermittelt durch die entsprechenden Vorstellungen und Komplexe seiner Eltern, auseinandersetzt. Viele, von ihren Männern unterdrückte Frauen wurden für ihre Töchter zu einem warnenden Beispiel. Wahrscheinlich gibt es ebenso viele Väter, die in ihrer Familie keine nennenswerte Rolle mehr spielen und mit den Jahren völlig stumm geworden sind. Schon Kinder erleben die hintergründige Problematik der elterlichen Ehe, was sich in den analytischen Kinderbehandlungen eindeutig zeigt. Die miterlebte persönliche Problematik der Eltern, der Mutter oder des Vaters, werden zum Maßstab eigenen Handelns. "Nur so nicht." Die Tochter übernimmt es fast als eine Verpflichtung, ihr Leben und ihre Beziehung zu Männern anders vorzubereiten und zu gestalten. Eltern stellen sich oft ganz bewusst als warnendes Beispiel hin und empfehlen ihren Kindern, "es einmal anders zu machen". In der Praxis geht es dabei um Taschengeld und freie Abende, eigene Freunde oder außereheliche Beziehungen, auch um Trennung und Scheidung. "Wenn ich es noch einmal vor mir hätte ..., aber du, mein Kind, hast noch alle Chancen!" Angesichts der Vorprogrammierung, die in dem jahrelangen Zusammenleben mit den Eltern liegt, sind diese Chancen nicht so groß, wie gern angenommen wird. Was als persönliches Schicksal der Eltern erscheint, ist aber auch persönliche Lösung eines allgemeinen Zeitproblems. Jede Generation findet allgemeine Modelle für Beziehungen und Partnerschaft in den einzelnen Bereichen des sozialen Lebens. Eigene Ängste und allgemeine Tendenzen, persönliche Wünsche und kollektive Forderungen stoßen aufeinander. Heute meinen wir, dass Männer wieder ihre weichen, hingabebereiten und gefühlvollen Seiten kennen- und leben lernen sollten. Frauen suchen geistige und existenzielle Unabhängigkeit. Sie möchten sich ebenfalls aus den Schemen und Zwangsmechanismen der alten Rollen befreien. Was Vätern und Großvätern, Müttern und Großmüttern noch eine Selbstverständlichkeit oder fraglos ein Ideal war, kann von der nächsten Generation heftig abgelehnt werden.

{26} Selbst- und Fremdbeobachtung bieten viele Ausgangspunkte für weitere Überlegungen. Die in der Psychotherapie vorliegenden Neurosenkonzepte sind auch Formulierungen von Zeitströmungen. FREUD hat man vorgeworfen, dass seine gesamte Neurosenlehre ein Abbild der gesellschaftlichen Verhältnisse des ausgehenden 19. und des beginnenden 20. Jahrhunderts sei. Die von ihm als Ursache vieler neurotischer Erkrankungen gefundene unnatürliche Einstellung zur Sexualität sei, so meinen die Kritiker, nur typisch für die Wiener Gesellschaft der damaligen Zeit gewesen.

{27} Das Verständnis menschlichen Verhaltens ist immer an die Koordinaten der Zeit gebunden. Die Zeitströmungen bilden den Raster, mit dem es eingeordnet und "erklärt" werden kann. Jeder Wissenschaftler weiß, dass seine Ergebnisse zeitgebunden und relativ sind. Sie werden rasch ergänzt oder überholt. So wandeln sich die wissenschaftlichen Modellvorstellungen gemäß dem "Strom der Zeit", in dem sich der einzelne bewegt.

{28} C. G. JUNG hat sich sehr ausführlich mit der Vorläuferin der modernen wissenschaftlichen Chemie, der Alchemie, beschäftigt. Sie ist ein guter Beweis für die Zeitbedingtheit menschlichen Forschens. Der Alchemist meinte, Aussagen über den Stoff zu machen, aber er handelte von seiner eigenen Seele. C. G. JUNG konnte im einzelnen nachweisen, dass die Vorstellungen der Alchemisten, die sich aus der empirischen Beobachtung chemischer Prozesse ergaben, nur sehr wenig mit den chemischen Abläufen zu tun hatten, umso mehr aber mit dem Unbewussten des Chemikers. Was sich im Stoff abzuspielen scheint, spiegelt die psychische Dynamik wider, die in den Stoff projiziert wurde. C. G. JUNG vertrat die Ansicht, dass diese Faszination, die vom Stoff und von der Materie ausgeht, eine Unterströmung zum herrschenden, ganz dem Geist verschriebenen Christentum darstellt. In der Seele des Alchemisten konstellierte sich kollektive psychische Kräfte, die im zeitbedingten Wahrnehmungs- und Erlebensraster weder Raum noch Aufnahmebereitschaft fanden. (Anm. 10)

{29} Wie in der individuellen neurotischen Entwicklung, so geschieht es auch in der Menschheitsentwicklung: Abgelehntes, mit den herrschenden Moral- und Lebensvorstellungen Unvereinbares wird verdrängt. Es bleibt unbewusst und erscheint, wenn die Zeit dafür gekommen ist, in der Projektion und damit in der Außenwelt. Wir nehmen Naiverweise zunächst an, dass diese Projektionen die äußere Welt als solche darstellen. Erst langsam bemerken wir, wenn überhaupt, dass es die eigene Innenwelt ist, der wir im Außen begegnen. Die grundsätzliche Relativität jedes Erkenntnisprozesses sei hier nur erwähnt. Die Dynamik solcher Entwicklungen ist deutlich: im herrschenden kollektiven Bewusstseinssystem der gängigen Ansichten und Selbstverständlichkeiten fehlen Lebensmöglichkeiten für

jene Seiten der Psyche, die zu einem bestimmten Zeitpunkt vital wichtig sind. Das Neue, das sich zeigen will, stellt deshalb eine wichtige Ergänzung des herrschenden Systems dar. Treten solche Fantasien in größerem Umfang auf - und das war zur Zeit der Alchemie der Fall -, so ist das ein Hinweis auf die Dringlichkeit von Veränderungen. Diese Veränderungen beziehen sich auf große Gruppen. Bis aber die Notwendigkeit solchen Wandels erkannt wird, können Jahre vergehen. Unter Umständen werden mutige Menschen, die sich dafür einsetzen, ihr Leben unter erheblichen Einbußen fristen, wenn nicht gar opfern. Manchmal müssen revolutionäre Umbrüche in Kauf genommen werden, weil eine langsame Evolution angesichts der Erstarrung des vorhandenen Systems nicht möglich ist. Dies gilt wieder für den Charakter des einzelnen wie für die Struktur großer gesellschaftlicher Gruppen. Die Bindung an starre und einseitige Systeme führt zu Polarisierungen und Gegensätzlichkeiten, die ihre eigene Dynamik haben. Diese Art des Verständnisses der Zeitströmungen und ihrer Verbindung mit dem Unbewussten des Menschen gehört zu den Grundlagen der analytischen Psychologie.

Autonomie

{30} Die folgenden Beispiele sind in gewissem Sinne willkürlich gewählt, doch habe ich bei der Auswahl Beobachtungen und Erfahrungen vieler therapeutischer Prozesse berücksichtigt. Wenn auch nicht grundsätzlich, so steht doch sehr häufig die Frage der Eigenständigkeit des Lebenskonzeptes im Vordergrund von Auseinandersetzungen, wie sie im Rahmen des Heilungsprozesses einer neurotischen Erkrankung unumgänglich sind. Entwicklungsstörungen sind dadurch bedingt, dass die persönliche Freiheit und damit die möglichen Lernprozesse zur Selbstständigkeit, zur eigenen Willensbildung und verantwortlichen Steuerung des Verhaltens entweder eingeschränkt oder ganz verhindert werden. Solange der Gehorsam noch eine absolute Forderung der kollektiven Moral, bezogen auf die Beziehung von Kindern und Eltern, war, galt Selbstständigkeit als Untugend. Der Trotz war ein Zeichen schlechten Charakters, er musste gebrochen werden. Patienten gebrauchen nicht selten das Bild des "gebrochenen Rückgrats", um ihre Situation und viele Erlebnisse ihrer persönlichen Geschichte zu kennzeichnen. Auch der Wille eines Kindes, seine Fähigkeit, Widerstand zu leisten, mussten gebrochen werden. Sie wurden vor dem Hintergrund der Gehorsamsmoral als Widerspruchsgeist bezeichnet und entwertet. An dieser Stelle sei die eindruckliche Bildhaftigkeit der Sprache noch einmal ausdrücklich vermerkt. Die so bedingten Deformationen der Persönlichkeit und des Charakters zeigen ihre schädigenden Folgen bis ins hohe Lebensalter. So haben Erwachsene immer noch Angst, ihren Eltern zu widersprechen. Sie wagen es nicht, ihr Leben ganz anders zu gestalten, als es den Vorstellungen, Erwartungen und Idealen ihrer Eltern entspricht. Welche Tragödie kann schon heraufbeschworen werden, wenn die "Kinder" nicht mehr bereit sind, das Weihnachtsfest in der elterlichen Familie zu begehen. Der Kampf um die Selbstständigkeit ist dramatisch, und der Ausgang kann tragisch sein. Tiefe Resignation, neurotische depressive Verstimmungen, psychosomatische Symptome, akute Krise einer jungen Beziehung oder schlechte Kompromisse im Zusammenleben sind damit verbunden.

{31} Das Hineinwachsen in eine autonome Lebenshaltung ist auch deshalb schwierig, weil meistens die Voraussetzungen für die notwendigen ersten eigenen Schritte fehlen. In den Prozessen der Nachreife müssen wir immer dort ansetzen, wo die Entwicklung stehen blieb. Dazu bedarf es keiner besonderen Aufforderung. Fast automatisch findet die Seele den Weg zurück zu den prägenden Verletzungen. Diese regressive Entwicklung ist eine Voraussetzung einer erneuten Progression. Ohne dieses Zurück gibt es kein neues Vorwärts. Persönlichkeitsentwicklungen werden in der Regel sehr früh gestört und verformt. So ist es nicht verwunderlich, dass auch bei Erwachsenen kindliche Reaktionen zu beobachten sind. Deshalb sind Auseinandersetzungen um Selbstständigkeit mit so viel Trotz und kindlichem Affekt, mit Schmollen und Beschimpfen verbunden. Dieses Verhalten scheint nur gelernt werden, sie steht noch nicht zur Verfügung. Dass jeder Mensch solche Konflikte schlecht zu einem Erwachsenen zu passen. Dennoch äußert sich das Kind in ihm ganz natürlich auf diese Weise. Eine reife und erwachsene Selbstständigkeit des Handelns und Urteilens, des Fühlens und Wertens soll ja erst von Abhängigkeit und Autonomie kennt und damit nur schwer zurecht kommt, ist ein solcher Schnittpunkt von Zeitströmungen. Gehorsam und Freiheit, Selbstständigkeit und Abhängigkeit - "du bist schließlich immer noch mein Sohn" - treffen aufeinander. Dabei handelt es sich weniger um persönliche Einstellungen der Eltern als um große kollektive Normen und Strömungen.

{32} Im geistigen Bereich, in der Auseinandersetzung mit der überkommenen Religion oder Partei, in der Einstellung zu Geld und Besitz, zu Leistung und Pflicht ergeben sich ebenfalls zahllose Konflikte, die jeder Leser auf seine Weise kennen wird.

{33} Der Kampf um die Autonomie kann selten in der direkten Auseinandersetzung mit der vorangehenden Generation geführt werden. Die einzige Möglichkeit, solche Konflikte wirklich auszutragen und durchzuarbeiten, bleibt die innere Auseinandersetzung mit den Zeitströmungen, die sich in der eigenen Persönlichkeit abbilden. Der Leser mag hier darüber nachdenken, welche Rolle zum Beispiel Gehorsamsforderung in seinem Leben spielte und heute noch spielt, was er sich selbst an Leistung und Pflichterfüllung abverlangt und wie frei er zu sein wagt. Jeder von uns stellt in bestimmter Weise das Abbild eines mehr oder weniger gelungenen Lösungsversuchs zwischen Selbstständigkeit und Unterwerfung, zwischen Widerspruch und Anpassung, zwischen Kampf und Resignation dar. In der Politik sprechen wir vom mündigen Bürger, sorgen uns aber auch darüber, ob und wie die Anspruchs- und Erwartungshaltung des modernen Menschen an Staat und Gesellschaft noch gesteuert oder gebremst werden kann. Sind die Ansprüche, die wir so selbstverständlich an unsere Gemeinwesen stellen, überhaupt noch zu befriedigen? Stehen die Leistungen, die wir

freiwillig dafür zu bringen bereit sind, noch in vertretbarem Verhältnis zu den Ansprüchen? Werden wir in der Lage sein, den jeweils notwendigen Verzicht an Wohlstand und Bequemlichkeit zu leisten, den größere Zeitströmungen, die durch uns hindurchgehen, erfordern werden? Die absolute Autonomie des Individuums, wie sie der Liberalismus gefordert hat, ist angesichts der zu beobachtenden Ausbeutung unserer Erde nicht mehr vertretbar. Die egoistischen Gruppeninteressen, die mit selbstverständlicher Berechtigung und Autonomie vorgetragen werden, sind kaum noch vereinbar mit den weltweiten Interessen des Überlebens. Es ist die Frage, ob diese durch uns hindurchgehenden Zeitströmungen uns zerreißen werden. Wenn junge Leute sich entschließen, die Eisenbahn zu benutzen und das Auto in der Garage stehen zu lassen, so handeln sie im Schnittpunkt solcher gegensätzlicher Strömungen.

{34} C. G. JUNG hat die Auffassung vertreten, dass die Weltprobleme in dein Maße lösbar sein könnten, als der einzelne bereit ist, diese Gegensätzlichkeiten in seiner Natur zu ertragen und sich zunächst diesem Konflikt zu stellen. Dazu braucht es ein starkes und handlungsbereites Ich, das Risiken auf sich nehmen, Konflikte aushalten und Vereinzelung angesichts kollektiver Gruppeninteressen ertragen kann. Wie sich dieses Ich entwickelt, ist wiederum davon abhängig, wie die jeweiligen Eltern des Kindes seine Autonomie fördern und stützen können. Damit wäre wiederum das, was einer Zeitströmung adäquat erscheint, in seiner Entstehungsgeschichte abhängig von einer anderen. Es stellt sich die Frage, ob in enger Anlehnung an die Maßstäbe einer Zeitepoche die Dimensionen gefunden werden können, die die Meisterung der Zukunft ermöglichen.

{35} Ein weiterer Gesichtspunkt soll in diesem Abschnitt über Autonomie berücksichtigt werden. Jede Position hat ihre Gegenposition. "Es gibt keine Position ohne ihre Negation." (Anm. 11)

{36} Mit dem Gegensatzprinzip hat sich C. G. JUNG ausführlich beschäftigt. Diesen Fragen hat er sein Alterswerk, das "Mysterium coniunctionis", gewidmet. Auch wenn wir heute die Autonomie als hohen Wert zu Recht schätzen - leben wir doch in einer Demokratie, die auf dem Respekt vor der Integrität und Autonomie des einzelnen beruht -, so ist die Gegenposition zur Autonomie nicht weniger wichtig. In der analytischen psychotherapeutischen Erfahrung bestätigt es sich immer wieder, dass die Selbstbehauptung von einer entsprechenden Fähigkeit zur Hingabe begleitet sein muss. Demut und Selbstaufgabe wurden in früheren Zeiten als hohe Tugenden gepriesen. Die Forderung, das Leben in Hingabe an eine höhere Sache und in selbstvergessener Pflichterfüllung zu leben, wurde als Gewissen verinnerlicht und von Generation zu Generation weitergegeben. Der sich seines Wertes und seiner Würde, auch seiner Rechte besser bewusste moderne Mensch steht diesen Tugenden sehr skeptisch gegenüber. Zu deutlich sind die negativen Auswirkungen der Erziehungsstile, die durch sie geprägt wurden. Es bedarf schon der Darstellung von Josef PIPER, um zum Beispiel der Demut wieder einen ihr gebührenden Platz vorzubereiten. (Anm. 12) Die genannten Tugenden wurden mit allen erdenklichen Mitteln durchgesetzt. Wie alle aufgezwungenen Haltungen sind sie nur scheinbar in das Ganze der Person integriert. Weil sie mit lebensfeindlichen und harten Methoden "eingepeitscht" wurden, verbinden sie sich allzu häufig mit neurotischen Fehlhaltungen und Charakterstörungen. Viele Demuthaltungen sind neurotischer Natur, hinter der Selbstaufgabe und der großen Rücksicht auf andere stehen maßlose eigene Ansprüche, die unerfüllt blieben.

{37} Und trotzdem: Zum Pol der Selbstbehauptung, Selbstdurchsetzung und Autonomie gehört der andere Pol der Selbstaufgabe, der Demut und der bedingungslosen Hingabe. Angesichts der aktuellen Weltsituation müssen wir uns dringend fragen, ob wir ohne größere Verzichtsbereitschaft überleben können. Verzicht heißt aber Aufgabe berechtigter Ansprüche, die wir ebenso gut autonom durchsetzen könnten. Unsere Fähigkeit, in paradoxen Gegensätzen zu denken, ist ein guter Schutz vor Einseitigkeiten, die zerstörerisch wirken können, wenn sie ohne Gegensteuerung bleiben.

Moral und Gewissen

{38} In unsere Zeit gehört die Krise der allgemeinen Moral und die Frage nach dem persönlichen Gewissen. Wir verdanken Sigmund FREUD grundlegende Untersuchungen über die psychischen Prozesse der Introjektion, das heißt der Einverleibung geltender Normen und Werte in die persönliche Lebenshaltung und die psychische Struktur. FREUD hat diesem Bereich menschlichen Verhaltens in seiner Theorie als "Über-Ich" neben dem "Ich" und dem "Es" einen zentral wichtigen Platz eingeräumt. Die Einflüsse der verinnerlichten allgemeinen Moralvorstellungen, die mit drastischen Erziehungsmitteln durchgesetzt wurden, können nicht überschätzt werden. Viele Ängste und Hemmungen haben hier ebenso ihren Ursprung wie Unehrligkeiten und Zweideutigkeiten. Belastende Schuldgefühle, die jahrelang andauern können, folgen oft schon geringfügigen Abweichungen von moralischen Leitlinien. In solchen Fällen hilft es auch nicht, wenn der Betroffene um die Realität moralischer Maßstäbe weiß. Die Tatsache, sie übertreten zu haben, ist so belastend, dass sie durch kein noch so vernünftiges Argumentieren entkräftet werden kann. Der Psychoanalytiker spricht hier von einem dominanten, destruktiven oder sadistischen Über-Ich.

{39} Aus diesen Gründen ist das Über-Ich zu einer mit Misstrauen betrachteten Strukturkomponente der Psyche geworden. Die schon erwähnte antiautoritäre Erziehung, die die Freiheit des Kindes möglichst nicht antasten möchte, erwuchs größtenteils aus der Überbetonung von Pflicht, Moral und Gewissen. Scham, Zweifel und Gewissensängste waren die motivierenden Faktoren, mit denen die alte Pädagogik rechnete. Ihre Drohungen und Strafen haben das Vertrauen zwischen den Menschen, aber auch das Natur- und Gottvertrauen untergraben. Überall, am meisten aber in der eigenen Seele, werden gefährliche Kräfte vermutet und befürchtet. Die "Furcht Gottes" bekam ein einseitiges Aussehen. Die Angst vor der Seele trug zu ihrer Entwertung und damit zu den schweren Selbstgefühlskrisen bei, die die Psychotherapie beschäftigen. Die Wiederherstellung eines positiven und vertrauensvollen Bezuges zu den eigenen psychischen Kräften ist eines der hauptsächlichen Therapieziele. Wir wissen aber auch, dass die Steuerung des

Verhaltens nicht möglich ist, ohne dass dem Ich ein Speicher von Wertvorstellungen und Normen zur Verfügung steht, an denen es sich in seinen Entscheidungen orientieren kann. Diese Seite der Persönlichkeit ist ebenso natürlich gewachsen wie andere Organe auch. Sie ist keine Folge der bürgerlichen Erziehung. Im Gegenteil, Tabuverletzungen konnten schon immer den Tod des Schuldigen nach sich ziehen. Die Ausstoßung aus dem Stamm und der damit erlittene soziale Tod hatten die gleichen Folgen. Der Fehler liegt demzufolge nicht in der gewachsenen Form, sondern in den Inhalten und ihrem sozialen bzw. psychischen Kontext.

{40} Wir mögen es beklagen oder nicht, die kollektive Moral ist brüchig geworden. In unserer westlichen Kultur gibt es nur noch in wenigen Gruppen selbstverständliche Vorstellungen darüber, was gut und was böse ist. Die Rechtsprechung muss sich immer wieder damit auseinandersetzen, dass manches Delikt erst im Zusammenhang mit biografischen, psychologisch erhellen Tatsachen verständlich wird. Inwieweit kann dann noch von Schuld gesprochen werden? Die Frage, wieweit Strafen moralisch vertretbar sind, wurde so zum ernstesten Problem. Ist der Täter vielleicht nur ein Opfer der gesellschaftlichen Verhältnisse, wie zu hören ist? Ist es ihm anzulasten, dass er in diese Familie hineingeboren wurde und ihre Strömungen in ihm sich schnitten und ihn entsprechend gebildet haben? Das gleiche gilt für die "frei" erzogenen Kinder, deren Leben sich zwischen anderen Schnittpunkten kollektiver Strömungen entwickeln musste.

{41} So verfügen viele Jugendliche über ein nur wenig entwickeltes und locker gefügtes Über-Ich. Sie werden von Relativismus und Unsicherheit heimgesucht. Jedes Ereignis kann man so oder auch gerade vom gegensätzlichen Standpunkt aus betrachten und bewerten. Selbst Unrecht vermag dann zu guten Taten zu werden, wie die Argumentation extremer politischer Gruppen zeigt. Dem Ich stehen keine Maßstäbe zur Verfügung, an denen es sich angesichts aller Triebansprüche und komplizierter Umweltforderungen orientieren kann.

{42} Wir hören auch immer häufiger die Forderung nach einer neuen Moral, die dem Menschen eine . ernste Verantwortung für die Gestaltung und das Fortbestehen der Erde aufbürden soll. Wie rasch diese Moralvorstellung in Gegensatz geraten kann zu anderen wichtigen, ebenfalls moralisch vertretbaren Forderungen vonseiten der Wirtschaft und der Gewerkschaft, ist offenkundig.

{43} Angesichts der unbestreitbaren Notwendigkeit solcher Normen erweist sich die lebenswichtige und lebenserhaltende Funktion des Über-Ichs. Das Leben in komplexen Systemen erfordert entsprechende psychische Systeme.

{44} Nun gibt es Lebenskonflikte, für die unser Normenspeicher keine eindeutigen Regeln und Maßstäbe bereit hält. So ist es vorhersehbar, dass eine mir notwendig erscheinende Entscheidung für einen anderen Leid bedeutet. Es gibt keine Auflösung einer Ehe ohne Leid und Schuld, insbesondere den Kindern gegenüber. Oder um es noch einmal am Beispiel der Autonomie darzustellen: Dass junge Leute nicht mehr zum Weihnachtsfest ihr Elternhaus besuchen, erscheint von ihrer Persönlichkeitsentwicklung her dringend erforderlich. Für die alten Eltern wird es aber Traurigkeit, Einsamkeit und Leid bedeuten. Jeder Schritt, der für die weitere Persönlichkeitsentfaltung eines Menschen wichtig erscheint, kann für einen anderen zur großen Belastung werden. Der Leser wird solche Pflichtenkollisionen, wie C. G. JUNG sie nannte, aus eigener Erfahrung genau kennen. Vielleicht kennen Sie aber auch jene merkwürdige Gewissheit, so und nicht anders handeln zu müssen, auch wenn Sie damit Schuld auf sich laden oder anderen, manchmal für viele Jahre, Belastung und Leid zufügen. In solchen Situationen erleben "wir einen inneren Dialog zwischen der Stimme einer allgemeinen, auch von uns voll anerkannten Moral und jener eigenartigen " Stimme" aus unserem Inneren. C. G. JUNG hat in seiner Theorie der Persönlichkeit der allgemeinen kollektiven Stimme der Moral, die dem Über-Ich zuzuordnen ist, eine ganz persönliche, gewissermaßen aus dem innersten Seelenkern kommende Stimme gegenübergestellt. Um die Intensität und manchmal Absolutheit ihrer Forderung zu kennzeichnen, hat er sie als "vox dei" bezeichnet. Hier ist zu erwähnen, dass sich C. G. JUNG lieber solcher bildhafter Vorstellungen bediente, als irgendein abstraktes neues und wissenschaftlich klingendes Wort zu erfinden. Fast jeder hat eine Vorstellung von der Stimme Gottes, hierüber gibt es einen ungefähren Konsens vor jeder kritischen Diskussion. (Anm. 13)

{45} Auch diese Stimme ist eine Variante menschlicher Autonomie. Wir stehen im Schnittpunkt zweier großer Zeitströmungen. Das allgemeine Gewissen mit seinen anerkannten Normen prägt uns ebenso wie jene, manchmal kaum hörbare, manchmal äußerst intensive Stimme, die unser Schicksal mitbestimmt. Je stärker sie ist und je weniger wir sie zu hören vermögen, um so gefährdeter ist unser Leben. Der Gehorsam, aus bitterer Erfahrung ein kritisch betrachteter Wert, wie erwähnt, erhält hier einen neuen lebenserhaltenden Sinn. Wer sich mit dieser "seiner" Stimme schon näher auseinander gesetzt hat, weiß um ihre Paradoxie. Sie sagt mein Persönlichstes aus und ist zugleich Stimme einer ganz anderen Instanz, eben eine "vox dei". Autonomie lässt sich wahrscheinlich nur in solchen paradoxen Sätzen beschreiben.

Beziehung

{46} Die Frage nach den menschlichen Beziehungen ist eine Schicksalsfrage geworden. Das gilt in den großen Zusammenhängen der Weltpolitik ebenso wie in den kleinen Auseinandersetzungen des Alltags. Auch hier bildet die Sprache entscheidende Dimensionen ab: wir sprechen von einem Nord-Süd-Dialog und meinen damit die Beziehungen der industriell entwickelten Länder mit den armen Ländern der südlichen Erdhalbkugel. Sicher ist es ein gutes Zeichen, dass wir von einem "Dialog" sprechen, mag man auch noch sehr skeptisch sein, wie dieser Dialog geführt und wie er ausgehen wird. Gleiches gilt von der Beziehung zwischen Ost und West. Insbesondere in den Verhaltenswissenschaften wird das Thema Beziehung zunehmend reflektiert. Jedes Einzelwesen steht in einem Netz von Beziehungen.

Beziehungen, in aller erster Linie die früheste Mutter-Kind-Beziehung, prägen Charakter und Lebensstil auf bleibende Weise. Es ist nicht möglich, den einzelnen ohne seine Beziehungen zum anderen und zu seiner Umgebung zu sehen. So setzt jede Entwicklung einen ständigen, und wenn auch nur fantasierten Bezug zum Mitmenschen voraus. Unser Verhalten wird durch die Vorstellungen darüber, was andere wohl über uns denken mögen, stark beeinflusst. Durch vorbeugende Veränderungen meines Verhaltens versuche ich ihre Gedanken über mich zu beeinflussen. Die frühen Beziehungen lehren uns die notwendigen Umgangsformen und fördern die bereitliegenden Fähigkeiten zu Kontakt, Einfühlung und Gegenseitigkeit. Insofern sind die Kontaktformen des Erwachsenen von jenen ersten sozialen Erfahrungen abhängig.

{47} Solche Beziehungsintrospektionen prägen das Verhalten in ebenso hohem Grad wie die im vorigen Abschnitt erwähnten Normen und Gebote. Diese beiden Einflussgrößen stehen in direktem Zusammenhang. Viele Normen haben Beziehung und Umgang miteinander zum Inhalt. "Wenn du nicht lieb bist ...", ein Beispiel für viele. Unser Umgang mit uns selbst wird davon geprägt, wie unsere Eltern mit uns umgegangen sind, was wir für sie bedeutet haben und welche Vorstellungen unseres Charakters sie uns vermittelten. Der innere Dialog, auf den in späteren Kapiteln noch zurückzukommen sein wird, trägt die Züge der Eltern-Kind-Dialoge. Was sage ich zu mir, wenn ich mich zum Beispiel "daneben benommen habe", wenn mir etwas missglückt ist oder ich einen besonderen Erfolg zu verbuchen habe. Den Satz "Ich taue halt doch zu nichts" erfindet kein Kind von selbst. Aber es hört ihn in tausendfacher Wiederholung und Variation. Muss er dann nicht stimmen? Diese aus frühen Dialogen erworbene Überzeugung ist trotz intensiver therapeutischer Bemühung nur langsam abzubauen. Auch gegenteilige Erfahrungen bedeuten wenig, viele Menschen halten mit großer Energie an ihrer negativen Auffassung über sich und ihre Zukunft fest. Hier muss man sich fragen, warum die Menschen an solchen, scheinbar sinnlosen Vorstellungen über sich selbst festhalten. Vermutlich ist es die Übereinstimmung ihrer Auffassung über sich selbst mit der von den Eltern vermittelten Beurteilung ihrer Person, die zu einer gewissen Sicherheit und Ruhe führt. Wenn ich die Meinung meiner Eltern übernommen habe, bin ich ihrer Zuwendung sicher. Wahrscheinlich beschwichtigt es auch die Angst, etwas Falsches zu denken. Für ein Kind sind die Eltern die maßgebenden Instanzen für alles "Richtige". Hier zeigt sich der problematische Einfluss des Über-Ichs: Eine Norm sagt mir, dass ich alles möglichst richtig machen soll. Richtig heißt aber, sich an die Meinung der Eltern anzulehnen. Die Meinung der Eltern sagt jedoch, dass ich doch zu nichts taugen werde. Es ist also richtig für mich, an dieser Meinung festzuhalten. So können sich Kreisprozesse im Organismus schließen, die seine Lebensmöglichkeiten nur bedingt fördern.

{48} Wie wir mit uns selbst und miteinander umgehen, das beeinflusst sowohl die Qualität des erlebten Augenblicks, die eigene Zukunft und das Wohlergehen unserer Nachkommen.

{49} Das Thema Beziehungen soll hier auch auf die uns umgebende Welt, die Gräser, Bäume und Tiere ausgedehnt werden. Auch zu scheinbar unbelebten Objekten können wir sorgende und zerstörerische Beziehungen aufbauen. Selbstverständlich ist die Beziehung zu einem leblosen Objekt eine andere als zu einem lebendigen. Trotzdem war es für unsere frühen Vorfahren einmal selbstverständlich, die Umgebung als belebt zu sehen. Wir bezeichnen diese Denkweise heute als "animistisch", weil wir zu wissen meinen, dass ein Fisch oder ein Seehund, den wir erlegen, bestenfalls ein Lebewesen, aber kein Tier mit einer lebendigen Seele ist. Wenn ein Eskimo aber den Geist eines getöteten Seehundes um Entschuldigung bittet und ihm zu erklären versucht, dass er sein Fleisch und sein Fell für sein Überleben braucht, so ist damit eine respektvolle Form des Umgangs mit der Natur gekennzeichnet. Ich plädiere hier sicher nicht dafür, diese alten Vorstellungen wieder zu beleben. Wir könnten das nicht. Aber der respektvolle Bezug zum Leben scheint mir bedeutsam. Ein Blick in das Schlachthaus einer modernen Großstadt oder in eine so genannte Hähnchenfabrik zeigt deutlich unsere Einstellung den Tieren gegenüber.

{50} Wir müssen uns allen Ernstes fragen, ob wir in dieser Hinsicht nicht einen großen Verlust zu beklagen haben. Ist die Erde für uns noch eine "Mutter Erde"? Gewiss gibt es in unseren Sprachen noch diesen Ausdruck, wir sprechen auch von Vaterland. In alten Zeiten trug die Erde das Bild einer großen göttlichen Mutter oder einer Göttin. Sie wurde verehrt, und man trug um ihr Wohlergehen Sorge. Für unsere Vorfahren war sie einfach diese Göttin. Wir wissen heute, dass es sich bei diesen Vorstellungen um Projektionen archetypischer Bilder (im Sinne C. G. JUNG's) handelt. Alle Menschen haben solche Vorstellungsmöglichkeiten - C. G. JUNG spricht deshalb von einem kollektiven Unbewussten -, die jederzeit belebt werden können (vgl. Kapitel 12). Heute will es uns nicht mehr gelingen, diese Bilder auf die uns umgebende Natur zu projizieren. Die Erde ist nicht mehr unsere Mutter. Sie wird von keiner Priesterin betreut. Wissenschaftler verschiedener Disziplinen sind es, die mit ihr umgehen. Die Welt hat sich in chemische Elemente, Wellenlängen, kleinste Teilchen und große Energien verwandelt. Der Weltenraum ist leer geworden, vor uns gähnt das Nichts, wie eingangs zitiert. Mit dieser Rücknahme der großen Bilder in die eigene Seele und der Ent-Seelung der Natur sind aber, wie wir heute nur allzu deutlich sehen, außerordentlich große Gefahren verbunden. Die lebendige Verbundenheit mit der uns umgebenden Natur ist zerstört. Unsere Beziehung ist eine rein pragmatische und ausbeuterische geworden. Einen solchen Umgang hätten wir mit einer Göttin nie gewagt. Trotzdem beginnen wir auf eine neue und uns gemäße Weise zu verstehen, dass die Beziehung zur Natur uns letztlich trägt. Unser Umgang mit ihren Schätzen ist lebensentscheidend. Wir können aber zu keinem Mutter-Göttinnen-Kult zurückkehren. Die Erde muss uns in ganz neuer Weise zu einem religiösen Symbol werden, nur mit rationalen Mitteln können wir nichts Entsprechendes konstruieren. Was wir brauchen, ist eine neue Form des alten Wissens um die große göttliche Mutter. Als Vorstellungsmöglichkeit ist dieses Bildprogramm in jedem Menschen vorhanden und abrufbar. Wir wissen auch, dass die großen inneren Bilder ganz bestimmte Verhaltensweisen induzieren. Hierzu gehören Ehrfurcht und Respekt.

Aber die Übertragung des archetypischen-göttlichen Mutterbildes lässt sich nicht "machen". Von unserer Vernunft geleitet gewinnen wir jedoch wieder einen Respekt vor der Erde, vor Wasser und Luft. Die Umweltfrage ist zu einem zwar wissenschaftlich rationalen, aber zugleich zu einem ethischen und Wertproblem geworden. Mit dem Schicksal des psychologischen und archetypischen Mutterbildes werden sich aber nicht der Geologe, der Ökologe oder Biologe, sondern der Psychologe und der Psychotherapeut beschäftigen müssen. In den Bewegungen der "Grünen", in den alternativen Lebensformen, bei den Umweltschützern und den Kernkraftgegnern zeigen sich bereits gefühlsmäßige Einstellungen, die etwas "Numinoses" an sich haben. Sicher handelt es sich nicht um religiöse Bewegungen im alten Sinne, aber auch nicht um Gruppierungen mit rational-pragmatischen Zügen. Etwas von Ehrfurcht und Respekt vor einem Größeren schwingt zumindest mit.

{51} C. G. JUNG hat sich immer wieder mit der Frage der menschlichen Beziehungen beschäftigt. Folgende Äußerungen sind kennzeichnend für seinen Standpunkt: "Der bewusste Vollzug der inneren Einigung hält an der menschlichen Beziehung als einer unerlässlichen Bedingung fest, denn ohne bewusst anerkannte und akzeptierte Bezogenheit auf den Nebenmenschen gibt es überhaupt keine Synthese der Persönlichkeit ... Die innere Verfestigung des Individuums ... begreift den Mitmenschen ein." "Die Beziehung zum Selbst ist zugleich die Beziehung zum Mitmenschen, und keiner hat einen Zusammenhang mit diesem, er habe ihn denn zuvor mit sich selbst." - "Der Individuationsprozess hat zwei prinzipielle Aspekte: einerseits ist er ein interner, subjektiver Integrationsvorgang, andererseits aber ein ebenso unerlässlicher, objektiver Beziehungsvorgang. Das eine kann ohne das andere nicht sein, wennes bald das eine, bald das andere mehr im Vordergrund steht." (Anm. 14)

{52} C. G. JUNG hat die Ansicht vertreten, dass die Arbeit an der mitmenschlichen Beziehung, ganz gleich, in welcher Form sie geschieht, niemals eine gleichgültige Angelegenheit ist. Ob ich mich mit mir selbst, mit meinem Mitmenschen zum Beispiel in Partnerschaft oder Kindererziehung, mit einem therapeutischen Dialog oder irgendeiner anderen Beziehung beschäftige, so lege ich "ein vielleicht infinitesimales Korn auf die Waagschale der Menschheitsseele. So klein und unsichtbar seine Leistung auch sein mag, es ist opus magnum, denn sie vollzieht sich auf einem Gebiete, in welchem neuerdings das Numen eingewandert ist, und in welches sich das Schwergewicht der Menschheitsproblematik verlagert hat. Die letzten und höchsten Fragen der Psychotherapie sind keine private Angelegenheit, sondern eine Verantwortlichkeit vor höchster Instanz." (14)

{53} Wenn JUNG davon spricht, dass das "Numen" in dieses Gebiet eingewandert ist, so meint er, dass jetzt der höchste Wert, von der Religionsforschung auch als numinos und göttlich bezeichnet, diesem Lebensbereich liegt. Wir projizieren den höchsten Wert in die Beziehung und hoffen, ihn andererseits dort wieder zu finden. Mit dem höchsten Wert meinen wir in der analytischen Psychologie das für das Ich unbedingt Erstrebenswerte bzw. jene Instanz, nach der das Ich sein Handeln ausrichten muss. C. G. JUNG hat in vielen Untersuchungen nachgewiesen, dass die psychische Phänomenologie des höchsten Wertes den Erscheinungsformen heiliger Bilder, wie zum Beispiel den Mandalas in Tibet, oder Gottesbildern überhaupt sehr ähnlich ist. Wandert das Numen in die Beziehung ein, so wird die Beziehung in all ihren Variationsmöglichkeiten zum lebensentscheidenden Thema und Maßstab. Die Arbeit an der Beziehung, und sei es im ganz persönlichen, intimen Bereich, wird damit zur Arbeit an einer schicksalhaften Menschheitsfrage.

{54} In der analytischen Psychologie gehen wir außerdem davon aus, dass neue Zeitströmungen zugleich Schritte in der Evolution des menschlichen Bewusstseins sind. Ging es bisher um Abgrenzung und Trennung - die Nationalstaaten sind ein Beispiel hierfür -, so beginnt unter Umständen eine neue weltgeschichtliche Epoche der Beziehungen. Dies ist möglicherweise die letzte Überlebenschance einer gefährdeten Menschheit. Es ist sicher nicht gleichgültig oder zufällig, in welchen Lebensbereich das Numen einwandert und welche Frage demzufolge den Menschen sowohl persönlich wie sachlich und wissenschaftlich zu faszinieren beginnt. Die Beziehung ist zu einem Faszinosum geworden. Auch in diesem Wort verbirgt sich wieder eine Qualität des Heiligen, wie Rudolf OTTO nachgewiesen hat. (Anm. 15)

{55} Da wir uns mit unseren Überlegungen aber im Bereich der Psychologie bewegen, können wir nur folgendes behaupten: Wir gehen mit dem Phänomen der menschlichen Beziehung so um, wie unsere Vorfahren mit dem Heiligen und dem Göttlichen umgegangen sind. Die Werte, die Affekte und Gefühle, die Einstellungen sowie das Erkenntnisinteresse, das vom Beziehungsthema geweckt wurde, zeigt entsprechende Züge. Die Beziehungen haben eine Würde bekommen, die der Gottesbeziehung nahe steht.

Hinweise für den Therapeuten

{56} Die Chiffre "Zeitgeist" oder "Zeitströmung", stellt ein unverzichtbares Bestimmungsstück des Krankheitsmodells der analytischen Psychotherapie dar. Ausgehend von einer Wechselseitigkeit innerer und äußerer Prozesse, vermittelt durch das Interaktionsgeschehen in der Primärbeziehung wie in den späteren Kontaktformen, werden dem einzelnen die grundlegenden Dimensionen des "Zeitgeistes" vermittelt. Infolge bekannter Identifikations-, Introjektions- und anderer Lernprozesse (z. B. Lernen am Modell) verinnerlicht der Mensch diese Dimensionen seiner Zeit und bildet sie in seiner Charakterstruktur ab. Formen des neurotischen Charakterpanzers beziehungsweise der Charakterneurose zeigen die ich-syntone Integration dieser Dimensionen. Das System der Selbstverständlichkeiten, von dem ein Individuum sein Verhalten steuern lässt, ist ein ausschnitthaftes Abbild des kollektiven und zeitbestimmten Verhaltensmusters. Strukturell finden sich diese Zeitströmungen in den verschiedenen Formen des Über-Ich, des Ich-Ideals, der Persona oder der Rollenkonfigurationen jedes einzelnen wieder. In welcher Form "Ehe", "Familie", "Arbeitsgruppe" in unserer Gesellschaft funktionieren, ist wesentlich mitbedingt von diesen Zeitströmungen und ihrer Verinnerlichung.

{57} Für die Weiterbildung des Psychotherapeuten, nicht nur des Analytikers, ist zu fordern, dass er über genaue Kenntnisse der soziologischen und historischen Entwicklungslinien verfügt, dass ihm die sozialpsychologischen Vermittlungsprozesse von Verhaltensformen bekannt sind, dass er aber auch weiß, in welchen Symbolen sich die Zeitströmungen abbilden und wie sich diese Symbole in die Reihe der großen Bilder der Menschheit einreihen. Diese Symbol- und Bilderwelt lässt sich nicht in rationale Begriffe auflösen. Rationale Begriffe ergreifen nie die Massen. Die Symbole werden es immer wieder tun. Es muss also darum gehen, dass sich der Psychotherapeut nicht nur mit den abstrakten Begriffen der Zeitströmungen, wie sie sich zum Beispiel in den Wissenschaften darstellen, sondern auch mit ihrer lebendigen Wirklichkeit und ihren symbolischen Bildern auseinander setzt. Die Dynamik der scheinbar so abstrakten Ideen, wie sie etwa der Fortschrittsglaube darstellt, bilden sich gut in dem Begriff "Zeitströmung" ab. Wenn wir auch hierfür noch keine geeigneten energetischen und theoretischen Vorstellungen haben, so zeigt doch die Erfahrung jedem Beobachter, dass solche Ideen einen sehr dynamischen Charakter haben, dass sie einzelnen Menschen buchstäblich "mitreißen" können, wie das reißende Ströme zu tun pflegen, wenn man ohne geeignete Instrumente in den Strudel hineingerät. Solche Instrumente wären in der Struktur zum Beispiel des Ich und seiner Differenzierung zu finden. So beinhaltet dieses Phänomen der Dynamik der Zeitströmung auch die Auseinandersetzung mit der Psychologie und der Entwicklung des Ich, wie sie in neuerer Zeit ausführlich geschieht.

Für den Betroffenen

{58} Sie können davon ausgehen, dass Ihr Lebensproblem, aber auch Ihre psychische Erkrankung oder das weder von einem Arzt noch von einem Psychologen genau diagnostizierbare Leiden Ihres Lebens in engem Zusammenhang mit Problemen steht, die für unsere Zeit und damit für viele Menschen charakteristisch sind. Sie können ebenfalls davon ausgehen, dass Sie mit diesem Leiden besser fertig werden, dass Ihre krankhaften Symptome sogar verschwinden können, wenn Sie sich intensiver und persönlicher mit den damit zusammenhängenden Fragen Ihres Lebens beschäftigen, sich ihnen stellen und damit auseinander setzen. Auseinander setzen heißt, dass Sie sich zunächst einmal bewusst machen, an welchen Strömungen unserer Zeit Sie, und zwar nach Ihrer ganz persönlichen Ansicht, leiden. Kümmern Sie sich dabei zunächst nicht darum, was Experten dazu sagen, sondern formulieren Sie alles so, wie Sie es in eigenen Worten einem nahen Freund erzählen würden. Vielleicht leiden Sie daran, dass Ihr Ehemann nicht akzeptieren kann, wenn Sie jetzt wieder einen Schreibmaschinenkurs machen wollen, um sich auf eine erneute Berufstätigkeit nach Erwachsenwerden der Kinder vorzubereiten? Daran bewegen Sie sich im Bereich der Selbstständigkeit und Autonomie der Frau. Auf diese Weise erleben Sie, wie der Strom der Zeit, der sich mit Emanzipation, Autonomie und Selbstständigkeit kennzeichnen lässt, buchstäblich durch Sie hindurch fließt und entsprechende "Stromschnellen" in Form ehelicher oder familiärer Konflikte auslöst. So wie im großen gesellschaftlichen Zusammenhang Lösungen gesucht werden müssen, die diesen Bedürfnissen Rechnung tragen - ich erinnere nur an notwendige Halbtagsstellen für beide Geschlechter -, wird es Ihre Aufgabe sein, in Ihrem persönlichen Leben, notfalls mit Mut und Risikobereitschaft, eine dieser Strömung gemäß, Stellungnahme zu finden. Es gibt dabei Situationen, mit denen Sie vielleicht nicht allein fertig werden. Dann sollten Sie vertrauensvoll einen Fachmann aufsuchen. Beratungsstellen und psychotherapeutische Hilfe gibt es heute in vielfältiger Form.

{59} Solche Auseinandersetzungen mit sich selbst brauchen Zeit und Geduld. Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn Sie nur in kleinen Schritten und langsam vorankommen. Allein die Angst, einem anderen Unrecht zu tun, wenn Sie dieses oder jenes vorhaben, kann sehr belasten. In der therapeutischen Praxis erlebt man es immer wieder, mit welchen Schuldgefühlen das Aussprechen eines solchen Problems verbunden ist. Es gilt die Norm, dass man über einen nahe stehenden Menschen nichts Schlechtes sagen darf und sei es noch so berechtigt. Deshalb beginnen diese Sätze häufig mit "Nicht dass ich schlecht über ihn reden möchte, aber ...". Sie werden feststellen, dass sich auch die Normen, denen Sie Ihr Leben unterwerfen, im Schnittpunkt alter und neuer Zeitströmungen finden.

{60} Wenn Sie sich - auch - als Schnittpunkt von Zeitströmungen sehen und erleben können, sind Sie zugleich entlastet. Dass Sie in dieser Zeit leben und sich demzufolge mit entsprechenden Fragen beschäftigen müssen, ist letztlich nicht Ihre Wahl oder Ihre Entscheidung. An einer bestimmten Stelle treten Sie ein in den Strom, an einer anderen Stelle werden Sie ihn wieder verlassen. So erging es Ihren Eltern, Ihre Kinder teilen das gleiche menschliche Schicksal. Aber hier wird auch ein Stück der Verantwortung deutlich, die wir alle tragen: Jede einzelne erarbeitete Lösung ist ein Teil des Ganzen, das uns trägt und prägt, das wir aber auch formen und unsererseits prägen. Wir suchen und finden neue Lösungen. Beides ist wichtig: das Suchen, also der mit einer bewussten Zielvorstellung einhergehende Vorgang des Aufspürens und Nachdenkens, wie auch das Finden. Unter Umständen kann ich plötzlich Dinge finden, nach denen ich gar nicht gesucht habe, die aber mein Leben sehr anregen und beleben. Plötzlich kann mir ein Naturerlebnis zustoßen, mir kann ein Mensch begegnen, der mir Einsichten oder Anregungen vermittelt, nach denen ich nie gefragt oder gesucht hätte. Ihren Wert weiß ich aber zutiefst zu schätzen, nachdem ich ihm begegnet bin. Hierzu gehören auch Hellhörigkeit und Sensibilität, ein offenes Mitgehen mit den Fragen der Zeit, ohne sich sofort mit ihnen zu identifizieren. Dies ist eine Form des Lebendigbleibens.

{61} In den vorausgegangenen Ausführungen habe ich immer wieder auf die Bedeutung des Bildes hingewiesen. Bilder sind verdichtete Informationen, die den Organismus steuern. Sie begegnen uns von außen, Bilder begegnen uns aber auch von innen. In welcher Form wir die Außenwelt erleben, ist weitgehend davon abhängig, welche inneren und archetypischen, allgemein menschlichen Bilder wir auf sie projizieren. Dass wir von einem Strom der Zeit sprechen, signalisiert Erlebnismöglichkeiten, die sich in diesem Bild darstellen lassen. Die folgenden Anregungen sollen dazu

dienen, dieses Bild wieder zu beleben: Stellen Sie sich einen Strom vor, der in Ruhe und in träger Breite dahinfließt. Verwandeln Sie das Bild in einen kleinen gurgelnden Bach oder in einen reißenden Strom. Können Sie Menschen, andere Objekte oder gar sich selbst sehen, die in diesem Strom schwimmen? Wie können Sie sich behaupten? Wie werden Sie mit Stromschnellen und Strudeln fertig? Welche Werkzeuge müssen Sie benutzen, um mit dem Strom weiter zu schwimmen oder auch gelegentlich auszusteigen, sich Nahrung zu suchen und zu verweilen? Setzen Sie sich an einen solchen Strom, lassen Sie sich von dem Bild anregen. Stellen Sie sich vor, dass Ströme durch Sie hindurchfließen. Sie sind der Schnittpunkt vieler solcher Ströme. Sie werden etwas davon spüren, wie gefährlich das sein kann, wie leicht Sie Ihr Selbstverständnis verlieren. Sie werden aber auch spüren, wie Sie austrocknen und zu einem Nichts werden, wenn Sie an diese Ströme nicht mehr angeschlossen sind. Der Strom ist da. Ich muss mich zu ihm verhalten, ich setze mich an sein Ufer, ich schwimme in ihm, ich denke über ihn nach.

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>

2. Kulturschranken: Kulturmensch und krankes Tier

Thesen zum Thema

{62} «Zu viel Tier entstellt den Kulturmenschen, zu viel Kultur schafft kranke Tiere.» (1)

{63} Die Kultur spiegelt den schöpferischen Entwicklungsprozess des menschlichen Bewusstseins in seiner festen und kollektiven wie in seiner wandlungsfähigen und individuellen Form.

{64} Die bestehenden Kulturwerte waren und die werdenden sind mit psychischen Erlebnissen verbunden. Aus dem intensiven Erleben einzelner Menschen oder größerer Gruppen entwickeln sich neue Werte. Sie werden mit Hilfe verschiedener psychischer Funktionen, etwa der Denk-, der Wahrnehmungs- und der intuitiven Funktion ausgestaltet, geformt und in das Kulturgefüge integriert. In diesem Sinne ist Kultur immer «höchstmögliche Bewusstheit». (2)

{65} Die Kultur ist eng mit den Entwicklungsstufen des menschlichen Bewusstseins verknüpft. Die Differenzierung des Bewusstseins ist der Ausgangspunkt der Differenzierung der Kultur. So lassen sich an den Ausformungen der Kultur wiederum die Entwicklungsstufen des Bewusstseins erkennen. Prinzipiell sind alle kulturellen Stufen in jedem Menschen gespeichert und jederzeit abrufbar. Auch die Mythen und Riten sehr früher Kulturen erscheinen in Träumen moderner Menschen wieder.

{66} Aus Drachen und mythischen Vögeln werden Flugzeuge, wie im folgenden Traum: «Eine Gruppe von Wissenschaftlern machte sich auf den Weg, um ein mysteriöses Ereignis zu ergründen. Obwohl dieses Ereignis bereits geschehen war, erlebte ich es von Anfang an mit: ein Kind wurde im Kinderwagen, der auf einem Berg stand, von einem tieffliegenden Flugzeug ergriffen und verschleppt. Es war nicht klar, ob es Absicht oder Zufall war.» Uralte mythische Bilder in modernem Gewand zeigt auch der folgende Traum, der als weitere Illustration dienen soll: «Ich stand an einem Bahngleis und wartete auf meinen Zug. Es kam unter lautem Getöse und Geschnaufe eine alte schwarze Dampflokomotive. Plötzlich wurde diese Lokomotive zu einem gewaltigen Stier. Ich stand unschlüssig vor dieser Situation, da erschien ein junger Mann mit nacktem, metallisch glänzendem, schönem starken Oberkörper. Er packte den Stier kraftvoll bei den Hörnern, da wurde aus dem Tier wieder eine Lokomotive, diesmal eine neue, schöne, silberne glänzende. Ich fragte den jungen Mann: <Musste das sein?> Er antwortete: Ja, es ist wichtig, seine Position zu behaupten.»

{67} «Kultur ist Kontinuität und nicht von den Wurzeln abgerissener Fortschritt.» (3)

{68} Diese These C. G. JUNG's beschreibt die ganze Schwierigkeit der Auseinandersetzung mit einer Kultur. Ganz im Rahmen einer Kultur zu bleiben bedeutet, das Risiko einer nur bewahrenden Übernahme bestehender Werte und des Ausschlusses persönlicher Lebendigkeit. Sich von ihr zu lösen kann zu Wurzellosigkeit und Einsamkeit führen. Kulturelle Werte stellen etwas Verbindendes dar. Gemeinsamer Glaube, gemeinsame politische Ideologie, gemeinsame bürgerliche oder sozialistische Vorstellungen über Kapital und Eigentum, gemeinsame wissenschaftliche oder künstlerische Auffassungen verbinden. In autoritären Systemen eint der Kampf um die Freiheit die Widerstandskämpfer. Erst nach Überwindung des gemeinsamen Feindes werden andere kulturelle Werte, die die einzelnen Gruppen grundsätzlich trennen, wieder sichtbar. Aus ehemaligen Kampfgefährten können Feinde werden, wenn der gemeinsame Gegner besiegt ist.

{69} Kulturelle Werte verbinden und trennen, sie begeistern oder lösen heftige Ablehnung aus. Kulturelles Geschehen ist mit affektiven und emotionalen Prozessen verbunden. Die kulturellen Werte sind keine rational konstruierten Inhalte der Psyche. Sie entstammen dem Boden der Evolution, den das Bewusstsein durchlaufen hat. Somit sind sie in der Struktur des Menschen verankert. Auch überlebte Wertsysteme können sich jederzeit aktualisieren. Ein «Rückfall in die Barbarei» ist immer möglich.

{70} Der Prozess der Kulturentwicklung ist grundsätzlich zeitlich unbegrenzt. Die Zukunft zeigt sich in der Gegenwart und bleibt an menschliches Verhalten gebunden. Im psychischen System des Menschen entsteht Kultur und wird tradiert.

{71} Der schöpferische Prozess der Kulturentwicklung zwingt zur theoretischen Annahme entsprechend gerichteter Prozesse der Psyche. Sie formen den allgemeinen Rahmen, in dem Individuen sich entwickeln. Der einzelne ist, so gesehen, viel mehr ein von diesen überpersönlichen Kräften Bewegter als selbst ein Bewegender. Trotzdem bleibt seine verantwortliche Entscheidung und sein Handeln die Voraussetzung weiteren kulturellen Wachstums. Ohne ein an ein Individuum gebundenes Bewusstsein gibt es keine Welt.

{72} Alte und neue Werte, gelebt und bewusst erfasst, sind die Ursache vieler Konflikte. Zeitströmungen sind eng damit verbunden.

{73} Die biologische und die kulturelle Seite des Menschen, das Unbewusste und das Bewusstsein führen zu Spannungen, erzeugen die Dynamik der Progression, bedingen aber auch die neurotische Zerrissenheit.

C. G. Jung zu diesem Thema

{74} «Das Uneinssein mit sich selbst ist überhaupt ein Kennzeichen des Kulturmenschen. Der Neurotiker ist nur ein Spezialfall des mit sich selbst uneinigen Menschen, welcher Natur und Kultur in sich vereinigen sollte. Bekanntlich besteht der Kulturprozess in einer fortschreitenden Bändigung des Animalischen im Menschen; es ist ein Domestikationsprozess, der nicht ohne Empörung von seinen der freiheitsdurstigen Tiernatur durchgeführt werden kann. Von Zeit zu Zeit geht es wie ein Rausch durch die in den Kulturzwang sich hinein schraubende Menschheit.» (4) «Die

menschliche Triebnatur (stößt) immer wieder an Kulturschranken. Sie ändern zwar die Namen; aber die Sache bleibt dieselbe. Auch wissen wir heutzutage, dass es keineswegs immer die tierische Triebnatur ist, welche mit dem Kulturzwang uneins ist, sondern vielfach sind es auch neue Ideen, die aus dem Unbewussten zum Tageslicht drängen und ebenso mit der herrschenden Kultur in Zwiespalt geraten wie die Triebe. Man könnte heutzutage z. B. leicht eine politische Theorie der Neurose aufstellen, insofern der Mensch von heute hauptsächlich von politischen Leidenschaften aufgewühlt ist, wozu die (sexuelle Frage) nur ein unbedeutendes Vorspiel war. Es wird sich vielleicht noch herausstellen, dass das Politische nur ein Vorläufer einer viel tiefergehenden religiösen Erschütterung ist.» (5)

{75} «Der <legitime> Glaube geht immer auf das Erlebnis zurück. Daneben aber gibt es einen Glauben, der ausschließlich auf der Autorität der Tradition beruht. Man darf diesen Glauben als <legitim> bezeichnen, indem auch die Macht der Tradition ein Erlebnis darstellt, dessen Wichtigkeit für die Kontinuität der Kultur außer Frage steht. Bei dieser Form des Glaubens tritt allerdings die Gefahr der bloßen Gewohnheit, der geistigen Trägheit und des gedankenlosen und bequemen Verharrens ein, welche einen Stillstand und damit einen Rückschritt der Kultur herbeizuführen drohen. Diese mechanisch gewordene Abhängigkeit geht Hand in Hand mit einer psychischen Regression zur Infantilität, indem die traditionellen Inhalte ihren eigentlichen Sinn allmählich einbüßen und nur noch formal geglaubt werden, ohne dass dieser Glaube noch irgendwelche Wirkung auf das Leben besäße. Es steht keine Lebensmacht hinter ihm.» (6)

{76} Diese von C. G. JUNG am Kulturphänomen des Glaubens dargestellte Problematik berührt die Grundfrage der Lebendigkeit oder Sterilität kultureller Werte überhaupt.

{77} «Wie immer ein kurzsichtiger oder doktrinärer Aufklärer das Wesen der Kultur auffassen mag, Tatsache bleibt, dass es einen kulturschaffenden Geist gibt. Dieser Geist ist ein lebendiger Geist und nicht etwa ein vernünftlernder Intellekt ... Wenn die Orientierung an den religiösen Wahrheiten verloren geht, so ist nichts mehr vorhanden, was den Menschen aus seiner ursprünglichen biologischen Gebundenheit in der Familie erlösen könnte, denn er wird dann seine infantilen Prinzipien einfach unkorrigiert in die weitere Welt übertragen und damit einen Vater finden, der ihn nicht führt, sondern verführt. ... Ein geistiges Ziel, das über den bloß natürlichen Menschen und seine weltliche Existenz hinaus weist, ist ein unbedingtes Erfordernis für die Gesundheit der Seele; denn es ist der archimedische Punkt, von dem aus allein die Welt aus den Angeln gehoben und ein natürlicher Zustand in kulturellen verwandelt werden kann.» (7)

{78} «Wo unter den heutigen Europäern aber finden sich jene durch keine moralischen Gewalttätigkeiten verkrüppelten Gestalten? Wir sind immer noch barbarisch genug, um an Askese und ihr Gegenteil zu glauben. Das Rad der Geschichte lässt sich aber nicht zurückdrehen. Wir können nur vorwärts streben nach jener Einstellung, die es uns erlaubt, so zu leben, wie es die ungestörte Bestimmung des primitiven Menschen eigentlich will. Nur unter dieser Bedingung sind wir imstande, den Geist nicht in Sinnlichkeit und die Sinnlichkeit nicht in Geist zu pervertieren, denn beide müssen leben, da der eine vom anderen sein Leben bezieht.» (8)

Traumbilder zur Kulturentwicklung

{79} Die in den Thesen abstrakt und allgemein formulierten Tatbestände zeigen sich im persönlichen Leben in großer individueller Vielfalt. Trotzdem bleiben die Grundstrukturen erkennbar, vorausgesetzt dass man das kulturhistorische Vergleichsmaterial kennt. Mythische Tiere und Helden, Paradiesesgärten und harte Begrenzungen, freiheitsdurstige Tiere und ebenso notwendige wie mögliche Bändigung erscheinen je nach anstehender Reifungsproblematik immer wieder. Dabei ist die sinnvolle und schöpferische Verbindung von ganz persönlichen Momenten mit den Bildern, die dem großen kollektiven Bildspeicher der Psyche entstammen, in jedem Einzelfall von neuem beeindruckend.

{80} Die folgenden Träume sollen als Ausschnitte aus dem großen und alten Bilderbuch der Psyche hauptsächlich für sich sprechen und dem Leser einen Eindruck von der lebendigen Wirklichkeit der Psyche vermitteln, aus der die vorausgegangenen Thesen entstanden sind. Auch C. G. JUNG hat seine Psychologie auf dieses empirische Material aufgebaut und daran verifiziert.

{81} Der Traum lautet: "Ich stand vor einem wunderschönen jungen Pferd, es war ein Schimmel, der wie Silber glänzte, ein hochsensibler, nervöser Araberhengst, der aufgeregt die Nüstern blähte und auf der Stelle galoppierte. Ich war hungerig von so einem edlen Tier, gleichzeitig fürchtete ich aber, dass es ausschlagen könnte. Darum hielt ich es am Schweife. Plötzlich riss es sich jedoch los und galoppierte davon. Doch es kam nicht weit, denn der Raum war begrenzt. Ich freute mich, denn ich wusste, es musste galoppieren, denn sonst würde es sterben. Ich war begeistert über die schönen Gänge und sagte immer wieder zu X: >Schau' mal, was es alles kann.> Ein junger Mann stand auf einmal auf dem Rücken des Pferdes und vollführte Kunststücke auf ihm, ich freute mich über die Gelehrigkeit des Tieres. "

{82} Große Kraft und begrenzter Raum, Wildheit und gefährliche Faszination der Träumerin, Gelehrigkeit und bewusste Kontrolle sind einige Dimensionen dieses Traumes. Häufig enthalten Träume auch grundsätzliche Thesen, die die Lebensführung des Träumers entscheidend beeinflussen können. In diesem Traum lautet eine solche Feststellung: "Ich wusste, es musste galoppieren, denn sonst würde es sterben." Die Natur will beides: Freiheit und Bändigung.

{83} Das Bild des Rosse-Lenkens ist seit Plato ein Symbol der Psyche und ihrer kulturschaffenden Fähigkeiten, aber auch ihres Freiheitsdurstes und ihrer Kraft. (9) FREUD hat es zur Verbildlichung sein Strukturmodells übernommen. (10)

{84} Zwei weitere Träume zeigen die Schwierigkeiten an, die mit der kulturschaffenden Bändigung der Tiernatur verbunden sind. Die Aufgabe ist klar, doch die Gefahr auch sehr groß, dass die Tiere verstümmelt oder getötet werden.

Die natürlichen und instinktiven Kräfte und die auf sie gründende unmittelbare Sicherheit der Lebensvollzüge werden gestört, das Selbst- und Lebensvertrauen brüchig. Jeder "Kulturmensch" kennt die Forderung, seine natürliche Wildheit abzutöten. Die Tiernatur wird als innere Bestie entwertet. Die Folgen sind verheerend. Die Träume, die diese Problematik wieder in sehr individueller Form zeigen, lauten folgendermaßen: "Mit einer anderen Person zusammen hatte ich den Auftrag, die wilden Tiere eines Waldes zu erlegen. Da wir keine Waffen hatten, überlegte ich, dass wir nur mit einer List die Tiere überwältigen können. Ich stieg auf eine Bank, die in dem Wald stand und sagte: <Es geht nur von hier oben>." - "Ich führte ein schönes schwarzes Pferd am Zügel. Jedes Mal, wenn ich versuchte, dem Pferd eine Decke über den Hals zu werfen, versetzte es mir mit dem Kopf einen heftigen Stoß, der mich fast um warf"

{85} Die von JUNG beschriebene Empörung der freiheitsdurstigen Tiernatur kommt hier direkt zum Ausdruck. Sie zeigte sich auch schon beim Galopp des Schimmels. In dem Besteigen der Bank erscheint eine neue Variante des Rosselenkers. Die allgemeine These des Unbewussten in diesem Traum besagt, dass es nur "von hier oben" aus geht. Das Ich, das Bewusstsein, die konzentrierte Anstrengung, die verantwortungsbereite Durcharbeitung anstehender Fragen sind einige der unabdingbaren Voraussetzungen, wenn das Werk der Entwicklung und Wandlung gelingen soll. Dies ist auch die einzige Alternative zum Erlegen der Tiere, deren Tod eine Katastrophe bedeutete. Zum Glück haben aber die Träumerin und ihre Begleiterin keine Waffen. Sie sind auf ihre List, also auf ihren Geist angewiesen.

{86} Die folgenden beiden Träume sollen abschließend mögliche Ergebnisse der inneren Arbeit und Auseinandersetzung mit der animalischen Seite verdeutlichen: "Eine Frau, die bei mir auf etwas wartet, hatte offensichtlich Angst, unsere Katze zu streicheln, obwohl sie es gerne wollte. Ich sagte zu ihr, sie brauche keine Angst zu haben, die Katze würde nicht beißen. Da berührte sie zaghaft die Katze, die nun ihrerseits ängstlich zurückschreckte. Ich forderte die Frau wieder auf, die Katze ruhig zu streicheln, denn dann wäre die Zeit des Wartens nicht so lange. Sie streichelte die Katze und nun war das Tier ganz zutraulich, es legte sich sogar auf den Rücken und ließ sich den Bauch kraulen. Beruhigt ließ ich die beiden allein."

{87} Im Laufe der Persönlichkeitsdifferenzierung entwickeln sich psychische Instanzen neben dem Ich und seinen Funktionen, die sich "nach innen" orientieren. Diese introvertierten Fähigkeiten ermöglichen die Gefühle dafür, was für mich in dieser oder jener Situation richtig ist. Sie bilden die Grundlage für schwierige Entscheidungen, die jeder allein für sich fällen muss. Die weibliche Figur dieses Traumes würde so ein "Gefühl für mich selbst" repräsentieren. Das Material, der Inhalt dieser Gefühle kommt jedoch aus tieferen Schichten der Psyche, die sich hier in der Katze verbildlichen.

{88} Der folgende und letzte Traum zeigt etwas von der großen Komplexität dieser Auseinandersetzung zwischen der kulturellen und der tierhaften Seite des Menschen an: "Ich musste dringend zu meinem <Verbündeten> gehen. Ich ging über breite weiße Treppen und hielt auch etwas Weißes in der Hand (vielleicht ein Stück Stoff). Ich kam auf einen Platz mit Kopfsteinpflaster. An einer Mauer, mit ihr verbunden, lag ein steinernes Krokodil. Ich hockte mich neben das Krokodil, da hob es den Kopf, neigte sich mit seinem - nun von der Mauer losgelösten - Oberkörper etwas nach links und trank aus einer Bodenvertiefung, die mit weißen Steinen umsäumt war, Wasser. Es war eine Demuts- und Vertrauensgeste. Ich empfand tiefe Freude, erhob mich und sagte: <Mein Verbündeter hat mich angenommen>." Aus diesem Traum erwachte die Träumerin mit einem starken Gefühl von Erleichterung und Zufriedenheit.

{89} Die genaue Deutung dieses Traumes würde eine ausführliche Darstellung erfordern. Der Traum hat viele Besonderheiten, bei denen sich wieder Persönliches und allgemein Menschliches miteinander verbinden. Die steinernen Tiere der alten Königspaläste symbolisieren die große Kraft des Herrschers, aber auch ihre Bändigung. Sie sind ein Bild der Kulturfähigkeit des Menschen. Krokodile verweisen auf frühe Stufen der Evolution und die archaischen Affekte jener Entwicklungsphase des Menschen. Diesen urtümlichen Aggressionen nicht nur zu begegnen, sondern sie wenigstens einigermaßen in das Persönlichkeitsgefüge zu integrieren, stellt eine große kulturelle Leistung des Bewusstseins dar. Die Träumerin begegnet den archetypischen Wurzeln der Aggression. Dass der Verbündete eine durchaus zwiespältige, sowohl lebenswichtige, ja lebensgefährliche Gestalt ist, beschreibt in ganz anderer und wiederum sehr ähnlicher Form Don Juan dem Castaneda. Darauf sei an dieser Stelle nur verwiesen. (11)

{90} Schöpferische Entfaltung

{91} Was die einzelnen Kulturen heute kennzeichnet, ist das Ergebnis eines sich über Jahrtausende hinziehenden Entwicklungsprozesses des Bewusstseins. So weit wir das überhaupt beurteilen können, haben schon die frühesten Vertreter des Menschengeschlechts Versuche unternommen, ihre Gedanken, Vorstellungen und Visionen in Bildform oder als Gegenstand festzuhalten. Die allerersten Malereien in Höhlen stellen Tiere, Jagd- und Naturszenen dar, die das Erlegen des Wildes wahrscheinlich mit bestimmten Riten verbinden, die in den Höhlen gefeiert wurden. (12) Die aufregendste Frage der Kulturentwicklung liegt wahrscheinlich in Folgendem: Von einem bestimmten Zeitpunkt an hat der Mensch das unabdingbare Bedürfnis besessen, ihm wichtig gewordene Erlebnisse in gegenständlicher und zugleich künstlerischer Form festzuhalten. Wir können uns die magische und faszinierende Wirkung einer solchen ersten Abbildung wahrscheinlich nicht mehr vorstellen. Dass es sich hierbei aber um einen Schritt von besonderer Tragweite handelt, wird allein dadurch ersichtlich, dass keines der uns bekannten Tiere je eine Zeichnung oder ein Werkzeug im Sinne eines Faustkeils oder Ambosses herstellt. Die an die Wand projizierten und künstlerisch schon ausgestalteten Szenen müssen einen numinosen Einfluss auf die frühen Betrachter ausgeübt und sie buchstäblich in ihren Bann gezogen haben. An diesem historischen Ort beginnt der uns geläufige, beim Lesen eines jeden Buches oder beim Anschauen eines Kunstwerkes immer wieder sich vollziehende Prozess der Wechselwirkung zwischen einem

individuellen Bewusstsein und einem kulturellen Gegenstand oder einem kulturellen Wert. Zweifellos hatten diese Höhlenmalereien eine kultische Bedeutung. Opfer wurden dort dargebracht und sie scheinen in Bezug zu religiösen Zeremonien der frühen Jägerkulturen zu stehen. Trotz umfangreicher Nachforschung wissen wir jedoch ziemlich wenig über die Anfänge unserer Kultur. Den Menschen tief beeindruckende, sein tägliches Leben gestaltende Einflüsse sind in jedem Falle damit verbunden. Die von JUNG zitierte große Bedeutung des Erlebnisses - und damit auch der Erlebnisfähigkeit des Menschen - lässt sich bis in die Anfänge der Kultur zurückverfolgen.

{92} Psychologisch gesehen ist es das Unbewusste, dessen Ausdehnung wir nicht kennen, das sich hier als Mutterboden aller Kultur erweist. Das Ich, das wir auch bei unseren menschlichen Vorfahren in irgendeiner Form voraussetzen müssen, hat den starken, affektiv bedeutungsvollen und auf Gestaltung drängenden Impuls, ein Bild oder eine Vision aus dem Unbewussten auf- und wahrzunehmen. Allein das Ich verfügt dann über die Werkzeuge zur Ausgestaltung solcher Bilder. Der Impuls stößt ihm zu oder fällt ihm ein, Ausdrücke, die wir auch heute noch benutzen. Die Wechselwirkung und Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewussten ist die Voraussetzung und damit auch die andere Seite der Wechselwirkung zwischen dem Menschen und der aus ihm hervorgegangenen Kultur.

{93} Hat sich ein Wert in seiner besonderen Form erst einmal verselbständigt, ergeben sich entsprechende Wirkungen. Als Maßstab und Norm eines Jagdrituals steuert das Höhlenbild nun das Verhalten der Jäger. Wahrscheinlich wurden entsprechende Abweichungen von den damit geheiligten Grundformen als Tabuverletzungen erlebt und bestraft. Die ganze Dialektik der notwendigen Erhaltung einer Kultur und ihrer ebenso notwendigen Veränderung und Erneuerung im Sinne der weiteren Entwicklung ist hier schon enthalten. Die Tabus wurden nach und nach verinnerlicht und bilden den Inhalt der steuernden normativen Instanzen des Menschen. Die Angst vor der Strafe, die mit ihrer Verletzung verbunden ist, stellt ein wesentliches verhaltensregulierendes Moment dar. Die Kontinuität einer Kultur wird dadurch auch gewährleistet. Der Mensch konnte jetzt über seine kulturellen Werte nachdenken, sie bewusster weiter ausgestalten, sie allmählich verändern oder auch als absolute Wahrheit erklären. Die kulturellen Werte beginnen ein Eigenleben in einer eigenen Welt zu führen. Sie entwickeln die Dynamik des «objektiven Geistes» (13), der unser Leben als Kunst, Religion und Wissenschaft maßgeblich beeinflusst. Das Gegenüber von Ich und kulturermöglichendem Unbewussten ist die eine Seite. Diese Verbindung von innen und außen kann die Welt verändern. Gleichzeitig aber erlebt der Mensch eine eigenartige Fähigkeit, nämlich seine Rolle als Schöpfer, als einer, der vieles, vielleicht sogar alles «machen» kann. Wir sind noch heute fasziniert und zugleich befangen von dieser Vorstellung, alles, was wir nur denken und wollen können, auch zu tun. Erst langsam werden wir uns der notwendigen Grenzen bewusst. Nicht alles, was möglich ist, muss auch gemacht werden. Nicht mehr so «allmächtig» zu sein, wie sich der Mensch am Anfang seiner Kultur vorkommen musste, stellt eine tiefe Kränkung dar.

{94} Nun sind es keineswegs nur unsere Vorfahren gewesen, die diesen schöpferischen Prozess erlebt haben. Sie haben ihn mehr gelebt als bewusst erlebt. Auch jedes Mitglied einer modernen Gesellschaft verfügt über die gleichen Fähigkeiten und Möglichkeiten. Jeder kann in diesem Sinne Kultur schaffen. Meine Fähigkeit zu entdecken, dem Klavier Töne zu entlocken, auf der Gitarre Melodien zu spielen, die aus mir selbst erwachsen sind und die ich nicht nachspiele, sind Beispiele solcher ursprünglich schöpferischen Prozesse. Und die besondere Freude, die dabei erlebt wird, kennzeichnet den schöpferischen Prozess im Unterschied zur Reproduktion. Ist aber das, was ich nur aus mir herausdenke, wirklich richtig und gut? Sind meine Einfälle überhaupt bedenkenswert, werden sie Zustimmung finden? Sollte ich mich mit meinen bescheidenen Fähigkeiten nicht lieber zurückhalten? Hier zeigt sich die Konfliktspannung zwischen dem, was neu werden will, und dem, was schon besteht. Das Bestehende verfügt immer über die Rechte und die Machtposition des älteren, das Neue muss seine Existenzberechtigung erst erbringen. Es gibt wahrscheinlich keinen schöpferischen Prozess, der nicht innere oder äußere Widerstände zu überwinden hat. Diese Widerstände können zur Quelle der Resignation werden, und die Resignation lässt den schöpferischen Prozess erlahmen. So wird eine lebendige Kultur zur Tradition, Kulturentwicklung zur starren Orthodoxie. Die Erlebnisdimension geht verloren; selbst klingende Worte können auf die Dauer eine geistige Verödung nicht verbergen.

{95} Die bisherige Darstellung bezog sich überwiegend auf die Kultur als Inhalt des kollektiven Bewusstseins. Jeder Angehörige einer Kultur kann die verschiedenen kulturellen Werte in seinem Bewusstsein wahrnehmen und sein Leben danach ausrichten. Natürlich ist es von den jeweiligen familiären Gegebenheiten und den damit verknüpften Verinnerlichungsprozessen abhängig, welche Werte für das einzelne Leben maßgebend sind. Wesentliche Aspekte der kulturellen Werte gehen in das Über-Ich und das Gewissen ein. So wird eine Einheitlichkeit des Verhaltens selbst bei großen Gruppen noch gewährleistet. Diese Möglichkeit, die einer Notwendigkeit des Zusammenlebens entspricht, dürfte eine der biologischen Wurzeln dafür sein, dass sich im Laufe der Evolution solche Strukturgegebenheiten wie das Über-Ich ausgeformt haben. Was bedeuten diese Überlegungen nun aber für die persönliche Entwicklung eines Individuums?

Schöpferisch leben

{96} Wenn wir davon ausgehen, dass die Kultur der Niederschlag eines schöpferischen Entfaltungsprozesses des Bewusstseins und der Menschenart ganz allgemein gewesen ist, dann besteht auch die Möglichkeit, dass sich dieser Prozess im Schicksal jedes Einzelnen wiederholt. Lebendigkeit heißt doch einmal, eingebunden sein in ganz bestimmte Formen, etwa dass ich zwei Beine und zwei Augen habe, und zum anderen, dass ich trotzdem nicht an starre Bewegungsschemata gebunden bin, sondern meine Augen-, Arm- und Beinbewegungen je nach Ziel, Lust und Laune, nach Aufgabe und Eigenart der augenblicklichen Situation anpassen kann. Das gleiche Muster lässt sich auf den

kulturellen Prozess übertragen. Kein Mensch kann über die Grenzen der menschlichen Art hinausgehen. Jedem stehen aber große Variationsmöglichkeiten zur Verfügung, die allgemein vorgegebenen und vorgefundenen kulturellen Werte auf seine Weise erstmalig zu erleben, neu zu gestalten und verantwortlich weiter zu entwickeln. Wie im kulturellen Bereich, so ist auch für mein Leben nicht vorhersehbar, welche Werte es bestimmen und welche zum Teil neuartigen Lebensformen ich diesbezüglich entdecken werde. Wir können noch einen Schritt weitergehen: Erst allmählich wird es {97} mir bewusst, welche Lebenswerte meinen Individuationsprozess mit Formen «sollen». Dieses «sollen» ist ganz bewusst gewählt. Wir gehen in der analytischen Psychologie davon aus, dass die Individuation kein vom Ich «gemachter» und nach ichhaften Vorstellungen ausgerichteter Entwicklungsprozess ist. Dem Ich werden bestimmte, zugleich sehr individuelle Entwicklungsimpulse von Seiten einer anderen inneren Instanz, von C. G. JUNG als das Selbst bezeichnet (siehe Kapitel 11), vorgegeben. In dieser «Vorgabe» mischen sich Individuelles und Allgemeines, Persönliches und allgemein Menschliches. Es entsteht jene Persönlichkeit, die sowohl unverwechselbar einmalig wie zugleich menschlich ist. In der dialektischen Auseinandersetzung dieser beiden großen psychischen Systeme des Ich und des Selbst verläuft der Individuationsprozess. Es ist nicht von vornherein sichtbar, ob in meinem Leben ganz bestimmte geistige Werte, der Eros, neue Formen der Sexualität und was es sonst sein mag, Priorität haben werden. Jeder Leser kennt die Phasen und die mit bestimmten Erlebnissen verbundenen Zeitpunkte seines Lebens, die die Richtung seiner Entwicklung offenbaren. Musik oder Mathematik, Handwerkliches oder Künstlerisches, soziales Engagement oder besonderes Interesse für Kinder und Behinderte, sie alle können lebens- und berufsbestimmend werden. In späteren Lebensphasen kommen weitere Dimensionen hinzu, die sich auf die Frage der Beziehungen, der Liebe oder auf die Gottesfrage richten.

{98} Diese Kernpunkte des Lebens lassen sich nicht suchen, sie werden gefunden. Hier sei eine Auffassung Pablo PICASSO'S wiedergegeben, die diesen Prozess in einmalig schöner Weise darstellt: «Ich suche nicht - ich finde. Suchen ist das Ausgehen von alten Beständen und ein Findenwollen von bereits Bekanntem im Neuen. Finden, das ist das völlig Neue, das Neue auch in der Bewegung. Alle Wege sind offen, und was gefunden wird, ist unbekannt. Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer. Die Ungewissheit solcher Wagnisse können eigentlich nur jene auf sich nehmen, die im Ungeborgenen sich geborgen wissen, die in die Ungewissheit, in die Führerlosigkeit geführt werden, die sich im Dunkeln einem unsichtbaren Stern überlassen, die sich vom Ziele ziehen lassen und nicht - menschlich beschränkt und eingeeengt - das Ziel bestimmen. Dies Offensein für jede neue Erkenntnis, für jedes neue Erlebnis im Außen und Innen: das ist das Wesenhafte des modernen Menschen, der in aller Angst des Loslassens doch die Gnade des Gehaltenseins im Offenwerden neuer Möglichkeiten erfährt.»

{99} Wem eine solche Begegnung mit Wertdimensionen zum persönlichen Erleben wurde, der weiß um die prägende Kraft dieses lebendigen Geistes, auf den JUNG eingangs hinwies. Mit dem Wert des Findens ist das Suchen nicht entwertet, aber in seiner Bedeutung eingeschränkt. Suchbewegungen gehen immer von Vorstellungen eines Zieles aus, das sie erreichen möchten. Sie bleiben dem Bekannten verhaftet. Das Finden ist grundsätzlich offen, von vielen Ängsten begleitet: Wenn ich nun etwas finde, das sich mit meinen bisherigen Lebensmaßstäben nicht verträgt? Um etwas finden zu können, brauche ich zunächst offene Sinne. Offene Sinne im Bereich der Seele bedeuten, dass ich mir selbst wach und sensibel gegenüberstehe. Ich muss wahrnehmen lernen, was meine Seele mir sagen will. Mag eine solche Formulierung auch wenig an die moderne wissenschaftliche Sprache angepasst sein, sie trifft doch das Wesen des inneren Dialoges sehr genau. Das Erlebnis, und darauf kommt es an, ist bestimmt von und verweist auf etwas, das aus mir spricht und dessen Botschaft ich allmählich zu entziffern lerne.

{100} Auch in der Psychotherapie setzen wir voraus, dass die Krankheitssymptome «etwas sagen» und stellen auch den Patienten entsprechende Fragen. «Was sagt Ihnen dieser Traum?» oder «Was bedeutet es für Sie, wenn sich Ihr Vater so über Sie mit Ihrem Bruder unterhält?» Wie auch immer, wir gehen von einer sprechenden Seele aus oder wir helfen mit, noch Unbewusstes zur Sprache zu bringen. Von dieser Sprache hängt es wesentlich mit ab, wie ein Leben verläuft.

{101} Im Laufe eines Lebens verändern sich die Wert-Schwerpunkte. Sie sind auch von Generation zu Generation verschieden. Was den Vätern lebenswichtig war, hat für die Söhne eine geringere Bedeutung. Für beide, die ältere und die jüngere Generation, kann das schwierige Auseinandersetzen und Konflikte mit sich bringen. Der von Großeltern und Eltern unter Opfern aufgebaute Familienbetrieb erscheint dem Sohn wenig attraktiv. Für ihn ist es einfach nicht mehr selbstverständlich, diese Familientradition fortzusetzen. Im persönlichen Bereich spielen zum Beispiel Ansehen und Beruf, Leistung und Erfolg, auch in finanzieller Hinsicht, eine bedeutende Rolle. Ihnen widmet der jüngere Mensch viel Kraft und Zeit, manchmal opfert er ihnen auch seine Beziehung zur Familie, insbesondere zu den Kindern. Aber auch hier sind Veränderungen der Maßstäbe immer wieder zu beobachten. Gerade zur Leistungsbetonung, die unsere Kultur so dominiert, werden Alternativen gesucht. Ein solch «alternatives Leben» orientiert sich an anderen kulturellen Maßstäben, etwa an einem einfacheren Leben, an Zeit füreinander, an der Verinnerlichung und der Meditation. In der Psychotherapie begegnen wir solchen Wertverschiebungen immer wieder. Woran sind sie zu erkennen? C. G. JUNG hat sich mit dieser Frage im Zusammenhang mit seinen Überlegungen zur psychischen Energetik ausführlich beschäftigt. Bei der Suche nach Möglichkeiten, die psychische Energie quantitativ zu schätzen, stieß er auf ein «außerordentlich fein ausgearbeitetes Schätzungssystem, nämlich das System der persönlichen Werte. Werte sind energetische Quantitätsschätzungen». (14) Auf die wissenschaftlich-methodischen Fragen kann ich hier nicht weiter eingehen. Für unsere Überlegungen ist es wesentlich, dass sich die Bedeutung eines Wertes an der Intensität der ihn begleitenden Gefühle und Affekte zeigt. Das ist besonders dann wichtig, wenn es sich um unbewusste Werthaltungen handelt. Die Wertskala des Bewusstseins lässt sich abfragen, man weiß ungefähr, nach welchen Maßstäben man sich

richtet. Die Frage aber, ob sich die im Unbewussten konstellierte Werte mit denen des Bewusstseins decken, lässt sich nur mit Hilfe solcher Schätzungen angeben. «Objektiv» können wir es unbewusst nicht beurteilen, es hat immer hypothetischen Charakter, so lange es nicht im Bewusstsein erscheint. Mit Hilfe des Assoziationsexperimentes (siehe Kapitel 10) lassen sich Affekt- und Gefühlsbetonungen nachweisen, die sich auf unbewusste Inhalte beziehen. So wird sichtbar, was einem Menschen unbewusst «wertvoll» ist. An der Intensität des Gefühls, am affektiven Engagement für eine Idee, Sache oder Person zeigt sich die Wichtigkeit des zugehörigen Wertes. Genauer müssen wir sagen: die Wichtigkeit, die die Psyche diesem Wert im Rahmen des Individuationsprozesses zumisst. Das ist immer ein objektiver Prozess. Eine solche Denkart mag so lange ungewohnt sein, als wir einseitig vom Ich als «Faktor» oder «Macher» ausgehen. Ich hatte aber schon mehrfach angedeutet, dass dem Ich eine andere psychische Instanz gegenübergestellt werden muss, die die analytische Psychologie als Selbst bezeichnet. Dieses Selbst misst dem einen Wert Bedeutung zu und entzieht sie einem anderen. Anders gesagt: Der eine Wert wird gefühlsbetont erlebt, er wird wichtig und wirkt motivierend für das weitere Handeln. Dem anderen Wert wird im Rahmen der Selbstregulierung der Psyche das Energiequantum entzogen, über das er bisher verfügte und deshalb wirken konnte. Solche Überlegungen setzen die «Betrachtung der Psyche als eines relativ geschlossenen Systems» voraus. (15)

{102} Für die Lebenspraxis bedeuten diese Überlegungen, dass wir die Intensität eines Gefühls oder Affekts ernst nehmen sollten. Sie enthält wichtige Informationen für die weitere Richtung der Lebensenergie und zeigt neue Ziele an. Immer wieder ist es erstaunlich, mit welcher Hingabe Jugendliche für ihre Werte kämpfen und die Übernahme anderer, für sie überkommener Werte verweigern. Um noch einmal an die im vorigen Kapitel erörterte Frage der Beziehung anzuknüpfen: die zahlreichen Experimente mit Wohngemeinschaften deuten daraufhin, dass sich hier eine neue kulturelle Dimension zeigt. Vielleicht handelt es sich um eine Differenzierung der großen Zeitströmung (Beziehung). Die Bewohner solcher Gemeinschaften nehmen Unbill, auch Diffamierung und persönliche Anfechtungen auf sich, um an diesen Fragen weiterzuarbeiten. Die mit solchen Prozessen verbundene Verschiebung der psychischen Energie von einem Wert auf einen anderen ist zunächst befremdend und beängstigend. Der gewohnte Lebensrahmen verändert sich, erst fast unmerklich, aber mit der Zeit immer deutlicher und fordernder. Die bange Frage, wohin das noch führen wird, taucht auf. Kann ich meine notwendigen Verpflichtungen noch übernehmen, wenn ich mich einem einfacheren Leben widme? Es bedarf der Aktivierung aller Ich-Funktionen - die analytische Psychologie beschreibt sie als Fühlen, Denken, Intuieren und Empfinden (16, 17) -, um die Neuorientierung des Bewusstseins voll durchzuführen und auszuhalten. Andererseits: wir können diesen Prozessen auch mit Vertrauen entgegensehen. Sie spielen sich in jedem Leben ab, bewusst oder unbewusst. Sie gehören zu uns wie andere Lebensprogramme und sind, in diesem Sinne verstanden, richtig und in Ordnung. Der «Glaube an das Leben» entfaltet sich praktisch in einer solchen Einstellung. Und ein Stillstand, der zur Infantilisierung oder Orthodoxie führt, zu toter Zeit und Langeweile im existenziellen Sinne, ist dann unwahrscheinlich.

Mut und Risiko

{103} Die beschriebenen Prozesse laufen zwangsläufig ab, wir können uns ihnen nicht entziehen. Zugleich versetzen sie unser Ich in Angst und Sorge angesichts des Unbekannten, das werden will. Wir ziehen es vor, nach bestimmten Zielen zu suchen, statt zu finden, was uns beschieden ist. Deshalb möchte ich im Zusammenhang mit den beschriebenen Entwicklungstendenzen beim einzelnen und im großen kulturellen Kontext von einem «Mut zum Werden» sprechen. Diese Formulierung schließt sich an einen Buchtitel von Paul TILLICH «Mut zum Sein» (18) an, wobei allerdings TILLICH den hier gemeinten Mut zum Werden und Wachsen durchaus mit einbegreift. Gemeint ist, das zu werden, was ein jeder schon ist, ohne es konkret gelebt zu haben. Es geht um jene einmalige Kombination menschlicher Möglichkeiten, jene Verbindung von Fähigkeiten, Gefühlen, motivierenden Kräften, Stärken und Schwächen, die ich als Individuum lebe und leben muss.

{104} Seit Beginn dieses Jahrhunderts wissen wir um die fundamentale Bedeutung der Sexualität. Wir verdanken Sigmund FREUD mutige und grundlegende Entdeckungen auf diesem Gebiet, die bis in die moderne Neurosenbehandlung hinein tragend geblieben sind. Die sexuelle Frage ist zu einer Lebensfrage geworden, die «Sex-Welle» zu einer Zeitströmung und wichtigen Dimension unserer Kultur. Allerdings ist anzunehmen, worauf C. G. Jung in den eingangs angeführten Zitaten schon hingewiesen hat, dass die sexuelle Frage nur eine Vorstufe viel umfassenderer menschlicher Wandlung darstellt. C. G. JUNG verdanken wir auch darüber hinaus die Einsicht in die symbolische Bedeutung der Sexualität. «Symbolisch» heißt, dass Dinge, Menschen und Lebensfunktionen neben ihrer sachlichen Bestimmung einen bestimmten Bedeutungsgehalt haben. Sie drücken mehr aus, als sie eigentlich darstellen. Dafür gibt es zahlreiche Beispiele. Der alte Brauch, bei der Geburt eines Kindes einen Baum zu pflanzen, verbindet das Leben dieser Pflanze mit dem Leben des Neugeborenen. Dieser Baum wird zum Bedeutungsträger. Wir würden uns scheuen, ihn zu fällen, symbolisiert er doch zugleich das Leben dieses einen Menschen. Auch dies sei an einem Traumbeispiel verdeutlicht: «Ich war in einer hellen Lichtung, in einem hellen Wald, und bewunderte einen schönen großen Baum. Ich sagte zu meinem Sohn: <Du solltest einen Baum pflanzen und ihn 50 Jahre lang beobachten, dann könntest du vielleicht hinter das Geheimnis des Lebens kommen.> Er reagierte skeptisch. Da zeigte ich ihm ein Stück Baumstamm und meinte, in den Jahresringen sei das Wesen des Lebens enthalten.» In diesem Traum weist die Symbolik des Baumes nicht nur auf die persönliche Lebensaufgabe, sondern auf den Lebensprozess ganz allgemein hin. Er symbolisiert sich im Baum, worauf ich in Kapitel 11 noch einmal zurückkommen werde.

{105} Auch die sexuelle Vereinigung von Mann und Frau hat symbolischen Wert. Die Mystiker verwenden solche

Bilder, um die innige Vereinigung der Seele mit Gott darzustellen. «In allen mystischen Traditionen gilt die Liebe der Braut zum Bräutigam als befriedigendes Symbol der Liebe der Seele zu Gott». (19) Beziehen wir den symbolischen Aspekt ein, so meint Sexualität ein Doppeltes: ganz konkret kann sie sich auf die körperliche Verbindung von Mann und Frau beziehen und auf die entsprechenden Funktionen wie Potenz, Orgasmus und Lusterleben. Sie kann aber auch die Verbindung der Gegensätze, die sich im Männlichen und Weiblichen seit urdenklichen Zeiten ausdrücken, darstellen und hier die Vorform einer neuen Lebensform andeuten, die diesen vielleicht krankmachenden Konflikt zwischen den gegensätzlichen Positionen überwindet. In solchem Zusammenhang wäre es völlig unzureichend, die Sexualität allein als Bild eines konkreten physiologischen und psychischen Vorganges zu verstehen. Wir würden genau den Aspekt übersehen, auf den es ankommt. Das ganz andere, mit dem bisherigen Bewusstseinszustand Unvereinbare, könnte sich dann nicht mehr artikulieren. Das Selbst bedient sich dieser alten Symbole, um ein aktuelles Wachstumsproblem anzuzeigen. Für einen Mann kann ein solches Bild zum Beispiel ein Hinweis sein, sich jetzt mit seiner «weiblichen Seite» zu befassen. Was «weiblich» im Einzelnen umfasst, muss jeweils erarbeitet werden. Seine inhaltliche Bedeutung zeigt sich aus dem lebensgeschichtlichen Zusammenhang. Grundsätzlich stellt es das Ausgeschlossene, Abgewertete und Unverständene dar, der Beziehung der Geschlechter entsprechend.

{106} Solche mit einem Finden verbundene Entfaltung kann nur stattfinden, wenn wir uns diesen Prozessen überlassen können. Aber da beginnen die Schwierigkeiten. Wir haben gelernt, uns zu beherrschen und zu kontrollieren. Spontanen Impulsen stehen wir ängstlich und skeptisch gegenüber. Wir messen sie am Bisherigen und an den bekannten kulturellen Maßstäben und Normen. Sollte sich im Laufe eines Lebens zum Beispiel eine homoerotische Seite entfalten wollen, so löst das Betroffenheit und Angst aus. Meist gelingt es nur sehr langsam und im Vertrauen auf den Sinn solcher Entwicklungen, diese Seite des eigenen Wesens zuzulassen. Unterdrückung und Verdrängung liegen viel näher als Offenheit und Sich-Einlassen. Wer das frühe Sich-Verlassen auf oder Einlassen in eine Beziehung, in diesem Falle zur Mutter, nicht hat lernen dürfen, dem sind auch im späteren Leben entsprechende Vertrauensmöglichkeiten vorenthalten. Der vertrauensvolle Bezug zur eigenen Seele wird durch den Vertrauens vollen "Bezug zur Mutter vorbereitet.

{107} Dieses Sich-Einlassen-Können und dem Selbst vertrauen können, ist vielleicht die wesentlichste Voraussetzung, den schöpferischen Prozess der persönlichen Kulturentwicklung geschehen zu lassen und verantwortlich zu gestalten. Dabei ist mit zu bedenken, dass ich nur dann etwas verantwortlich gestalten kann, wenn ich es vorher in mir zulasse, kennen lerne und annehme. Mit «verantwortlich gestalten» ist gesagt, dass es sich hier nicht nur um einen Naturprozess handelt, der vielleicht mit dem Wachstum eines Baumes verglichen werden kann, sondern um einen Kulturprozess und um die aktive Teilnahme an diesem Prozess, an seiner Ausformung nach bestimmten Gesichtspunkten. Beides gehört zusammen: das naturhafte Wachsen und das bewusste und verantwortliche Formen. «Das endlose Dilemma Kultur - Natur ist im Grunde stets die Frage eines Zuviel oder eines Zuwenig, kein Entweder-oder» schreibt C. G. JUNG. (20) An der gleichen Stelle fügt er in seiner oft lakonischen und drastischen Art hinzu: «Man erträgt ohne Schaden nur ein gewisses Maß an Kultur.»

{108} Zur Ermutigung dieses Angesprochenen und zum notwendigen Vertrauen und Einlassen sei noch einmal an die lange Entwicklungsgeschichte des Menschen erinnert. Das Leben existiert auf der Erde seit 100 Millionen Jahren oder noch länger. In Milliarden kleinster und größerer Anpassungs-, Mutations- und Selektionsschritten haben sich Lebensformen entwickelt, die den verschiedenen Umwelten optimal angepasst sind. Das gilt für Pflanzen, Tiere und Menschen. Nur eine maßlose Überschätzung des heutigen Intellekts und Bewusstseins kann meinen, wir könnten in den wenigen Sekunden der Wissenschaftsentwicklung, umgerechnet auf die Dauer der Lebensprozesse auf dem Erdball, ebenso viel gelernt und verstanden haben wie die Arten der Lebewesen und des Menschen im Laufe ihrer Entwicklungsgeschichte. An der sexuellen Entwicklung zeigt sich das Ausmaß des Misstrauens gegenüber den natürlichen Lebensprozessen am stärksten. Deshalb sei noch ein Zitat C. G. JUNG's angefügt, das diese Problematik in eindrücklicher Weise beschreibt: «Es ist schwer, die eigene Zeit zu beurteilen. Aber wenn wir sehen, wie die Künste, das Stilgefühl und der öffentliche Geschmack sich entwickeln, was die Menschen lesen, schreiben, was sie für Vereine gründen, was für <Fragen> an der Tagesordnung sind, wogegen sich die Philister wehren: so finden wir im langen Register unserer gegenwärtigen sozialen Fragen nicht zuletzt die so genannte <sexuelle Frage>, die getragen ist von Menschen, welche an der bestehenden Sexualmoral rütteln und die Last moralischer Schuld, welche vergangene Jahrhunderte auf den Eros gehäuft haben, abwerfen möchten. Man kann die Existenz dieser Bestrebungen nicht einfach negieren oder ihnen Mangel an Berechtigung vorwerfen; sie existieren und haben darum wohl zureichenden Grund dazu. Es ist interessanter und nützlicher, aufmerksamer die Grundlagen dieser Bewegungen unserer Zeit zu durchforschen, als in den Jammerlaut der moralischen Klageweiber einzustimmen, welche in hysterischer Verzückung den moralischen Untergang der Menschheit prophezeien. Es ist ein Vorrecht der Moralisten, dem lieben Gott am wenigsten Zutrauen zu schenken, indem sie glauben, dass der schöne Baum der Menschheit nur Dank dem Herumstutzen, Anbinden und An-Spalier-Ziehen gedeihe, während doch der Vater Sonne und die Mutter Erde ihn nach tiefen, sinnreichen Gesetzen zu ihrer Freude haben wachsen lassen.» (21)

{109} Mit diesen Ausführungen möchte ich eine Entwicklung zum Vertrauen unterstützen, damit sich der Leser wieder mit Offenheit, aber auch mit Wachheit und möglicher Festigkeit des Ich seinem inneren Wachstumsprozess zuwendet. Nur unter solchen Bedingungen kann jeder sein individuelles kulturelles Profil finden und seinen persönlichen schöpferischen Entwicklungsprozess, seine Individuation leben. Die schon im ersten Kapitel erwähnten Zeitströmungen Autonomie, Beziehung und persönliches Gewissen gehören ebenso dazu wie die religiöse Frage, die die sexuelle Frage

wahrscheinlich sogar mit umfasst. Für unsere Vorfäter war Eros ein Gott. Ihm wurde geopfert. Die Menschen jener Kulturepochen waren bereit, Lebensenergie, Tatkraft und Zeit aufzuwenden, um sie diesem Gott zu widmen. In der Sicht der analytischen Psychologie entsprechen den Göttern inhaltlich ähnliche Erlebnismöglichkeiten des Menschen. Sexus und Eros und die sie begleitenden Gefühle sind solche arttypischen Lebensformen. Sie mögen lange Zeit im Verborgenen verharren, zu einem Zeitpunkt jedoch begegnet der Mensch einer «auslösenden Schicksalssituation» (22) und damit möglicherweise seinem Schicksal. Wir müssen allerdings darauf vorbereitet sein, dass die Antwort des betroffenen Menschen auf diesen Anruf von innen und außen viele sentimentale, kindliche und ängstliche Züge hat. Ursprüngliches, starkes Gefühl ist sprachlich immer schwer zu artikulieren. Doch gilt auch hier, dass wir dort wieder beginnen, wo wir stehen geblieben sind. Die Gefühlsreifung ist eine sehr problematische Angelegenheit. Erziehung und Schulung des Kindes konzentrieren sich bekanntlich fast ausschließlich auf die intellektuelle Reifung und den Erwerb von Wissen. Werden diese Möglichkeiten, ein Gefühl auszudrücken, nicht wahrgenommen, findet keine weitere Entwicklung und Differenzierung der Form des Gefühls statt. Meister fallen nicht vom Himmel. Wir müssen uns damit abfinden, dass die mit der Liebe verbundenen Gefühle häufig in kitschiger und sentimentaler Form erscheinen. In unserer Kultur sind Gefühle immer noch ein «nur». «Ich hatte nur so ein komisches Gefühl, das kann man vergessen», solche Sätze sind oft zu hören. Gedanken sind wichtiger. Aber wie sollen Gefühle wachsen können, wenn wir ihnen diese, zugegebenermaßen primitiveren Vorformen nicht zugestehen wollen? Gefühle in feste, kulturell vorgegebene Formen zu pressen, wäre eine andere Variante des «Herumstutzens, Anbindens und An-Spalier-Ziehens».

{110} In der Psychotherapie sollte man einen Patienten dort abholen, wo er sich befindet, nicht, wo wir wünschen, dass er wäre. Dort finden wir ihn nämlich nicht. Dasselbe gilt für den Umgang mit der eigenen Seele.

{111} In unserer Kultur ist der Eros bei vielen Menschen, insbesondere wohl bei Männern, wenig entwickelt. Gleichzeitig ist er aber einer der stärksten Kräfte, ist Inhalt intensiver Sehnsüchte. «Die Erotik ist ein im Grunde genommen Übermächtiges, das sich, wie die Natur, bewältigen und ausnutzen lässt, wie wenn es ohnmächtig wäre. Der Triumph über die Natur aber macht sich teuer bezahlt. Die Natur braucht keine prinzipiellen Erklärungen, sondern begnügt sich mit Duldung und weisem Maß.» (23) Prinzipielle Erklärungen wissen es immer besser, als es der Eros in uns wüsste.

Kulturschranken

{112} Für C. G. JUNG gehört es zu den Grundgegebenheiten des Lebens, «dass die menschliche Triebnatur immer wieder an Kulturschranken anstößt. Sie ändern zwar die Namen; aber die Sache bleibt dieselbe». Zwei Ebenen sind dabei angesprochen: eine formale und eine inhaltliche. Die formale Ebene besagt, dass die Auseinandersetzungen und Konflikte zwischen der Natur des Menschen und seiner Kultur ein fester Tatbestand des Lebens sind. In inhaltlicher Hinsicht variieren die Konflikte sehr stark. Dem frühchristlichen, dem mittelalterlichen oder dem modernen Menschen ergeben sich jeweils andere zeitbedingte Konflikte. Damit handelt es sich auch um sehr verschiedene Grenzen, die die Kulturschranken dem Menschen setzen. JUNG geht bedeutend weiter, indem er von einem «Kulturzwang» und einer «in den Kulturzwang sich hinein schraubenden Menschheit» spricht. Dieses eindringliche Bild verdeutlicht den unumgänglichen und auch einengenden Prozess, dem jedes Individuum auf seine Weise unterworfen ist. Heutzutage sprechen wir zusätzlich von Sachzwängen, um Belastungen oder Stressoren aufzuzeigen, denen wir nicht ausweichen können. Zu den Kulturgrenzen gehören die einfachsten Regeln für ein gemeinsames Mittagessen, die das Kind zu erlernen hat, ebenso wie die hohen Ideale der Opferbereitschaft, der Autonomie und Reife. Die damit verbundenen psychischen Konflikte werden oft als «innerer Kampf» bezeichnet. In unserer Kultur ist das Menschenbild von der Dualität der menschlichen Natur gekennzeichnet. So verstehen wir uns unabhängig von jedem Bildungsniveau. Es gibt keine neurotischen Entwicklungsstörungen, bei denen nicht das Aufeinanderprallen solcher innerer und äußerer gegensätzlicher Kräfte zu beobachten wäre. Damit sind intensive, meist traurige und schmerzliche persönliche Erlebnisse verbunden. Diese Schmerzen sucht jeder Organismus instinktiv zu vermeiden, sie aber begleiten zwangsläufig das Hineinwachsen in die kulturellen Zwänge. Die Bedeutung der Kulturschranken erweist sich gerade an den krankhaften seelischen Entwicklungen. Wir überblicken sie heute hinreichend, und sie sind Komponenten der theoretischen Modelle des Neurosenverständnisses. In den Behandlungen bilden sie die Hauptthemen. Wir haben auch klare Vorstellungen darüber, was mit der Kultur in Zwiespalt gerät. Es kann sich um die bekannten Triebkomponenten handeln, die die Psychoanalyse als orale, anale, phallische und genitale Triebanteile bezeichnet hat. Ebenso häufig geht es um Fragen des Selbstwertes. Viele Kinder müssen verzweifelt darum kämpfen, wenn ihnen ständig vorgehalten wird: «Bilde dir ja nicht ein, dass du etwas besonderes bist». Eigenarten der persönlichen Begabungen sind ebenfalls Anlass solcher innerer Konflikte. In bäuerlichen Familien kann es außerordentlich schwierig sein, sich mit einer musikalischen oder künstlerischen Begabung durchzusetzen. Solche Gaben gelten als brotlose Künste und stehen mit den in solchen Sozialgruppen geltenden kulturellen Dimensionen im Konflikt. Was beim Verständnis neurotischer Erkrankungen weniger gesehen wird, ist der von JUNG immer wieder hervorgehobene Gesichtspunkt, dass bisher völlig unbekannte, neue, im eigentlichen Sinne schöpferische Impulse an die herkömmlichen Kulturschranken stoßen und ein oft eigenartiges Schicksal nehmen. Ich erinnere zum Beispiel an die religiösen Erweckungsbewegungen des Mittelalters, die die damals herrschende Kirche veranlassten, die Inquisition aufzurichten und sadistisch harte Strafen zu verhängen. In China haben viele Menschen in der Kulturrevolution ihr Leben eingebüßt, weil sie in ihrer politischen, wissenschaftlichen oder philosophischen Auffassung mit den vom herrschenden ideologischen System aufgerichteten Kulturschranken nicht übereinstimmten. Die Zusammenstöße mit der Kultur sind eine Frage für Gesundheit und

Krankheit, aber auch eine Frage auf Leben und Tod. Die politischen Geschehnisse in Ost und West bieten reiches Anschauungsmaterial hierfür. Neue und schöpferische Impulse, die mit dem herrschenden System und den es tragenden kulturellen Werten nicht mehr in Einklang zu bringen sind, fordern den Kampf heraus. Das Neue erweist sich im Hinblick auf äußere Machtmittel als das Schwächere, im Hinblick auf den schöpferischen Prozess, den man auf die Menschheit als ganzes übertragen kann, vielleicht aber als das Stärkere. Grundsätzlich ist eine solche Formulierung richtig. Die Entwicklung des Lebens aus der Erde bis hin zum Menschen liefert alle erdenklichen Beweise dafür. Das Überleben der Arten war und ist davon abhängig, dass sie jeweils den Entwicklungsschritt tun, der über die bisherige Anpassungsform hinaus geht und eine bessere Umwelthanpassung gewährleistet. Ob der Mensch sich als «Irrläufer der Evolution» und als eine Sackgasse der Lebensentfaltung erweisen wird, bleibt eine offene Frage. (24) Vielleicht ist es so, wie C. G. JUNG mit aller Vorsicht vermutete, dass zum Schluss doch der Sinn den Unsinn überwiegt. (25)

Immerhin werden starke Kräfte eingesetzt, um die Entfaltung der schöpferischen Phantasie und der neuen Ideen zu verhindern. Selbst im Bereich der Wissenschaften besteht die Gefahr, dass sich die Forschung einem Schematismus des Denkens unterwirft, der nur noch seine eigenen theoretischen Annahmen bestätigt. Jede Methodik erwächst aus theoretischen Voraussetzungen, an denen Zweifel nicht erwünscht sind. Aus der empirischen Erforschung erwachsen zwangsläufig keine neuen Paradigmen. (26) Auch hier ist es schwierig, «Neuland des Denkens» (27) zu entdecken. «Allerdings wird man, um die erforderliche vernetzte Denk- und Anschauungsweise in die medizinische Ausbildung hineinzubringen, mit wissenschaftlichen Tabus ebenso brechen müssen wie mit den Tabus der bestehenden Forschungs- und Lehrstätten, die ja an feststehende, historisch bedingte Konzepte von Zeit- und Lehrplänen gebunden sind. Denn feststehende Lehrpläne führen zu feststehenden Forschungsprogrammen, zu feststehenden Schablonen darüber, wie selbst neue Forschungsrichtungen anzugehen seien.» (28) Den Beweis zu erbringen, dass der neue Ansatz weiterträgt und höheren Erklärungswert besitzt als der alte, ist schwierig. Wenn Paul FEIERABEND «wider den Methodenzwang» (29) schreibt, so liest sich sein Buch eher wie eine Protestschrift und weniger wie eine wissenschaftstheoretische Abhandlung. Gerade damit führt er sich aber selbst in die Position des Außenseiters, den man nicht ernst nehmen muss. Ein fest gefügtes, in sich konsistentes System ist aber kaum durch rationale Analysen zu erschüttern. Den neuen Wert begleitet der Affekt, eine in der Wissenschaft verdächtige psychische Reaktion.

{113} Vielleicht wäre es für eine herrschende Kultur wirklich zu gefährlich, die ihr anarchistisch erscheinenden Kräfte zuzulassen und gar zu fordern. Sie hat natürlicherweise größtes Interesse an ihrer Erhaltung. Man kann nicht erwarten, dass ein herrschendes System durch Unterstützung des schöpferischen Menschen an seinem eigenen Untergang mitarbeitet. Allerdings verlangen wir es von uns selbst und im analytischen Prozess von unseren Patienten, dass sie das herrschende Persönlichkeits- und Charaktersystem aufgeben und ihre Kräfte für seine Auflösung einsetzen. Dabei können wir kaum etwas darüber wissen, was danach kommt, was wir finden werden. Wir öffnen uns dem Unbewussten und dem Unbekannten. Gleiche, wiederum paradoxe Prozesse lassen sich in Familien beobachten. Einerseits wissen wir, dass nur klare geistige und soziale Orientierungen der Eltern dem Kind eine eindeutige Identifikation oder auch Abgrenzung von den Eltern ermöglicht. Andererseits sollen diese Eltern aber auch bei ihren Kindern gerade die Kräfte unterstützen, die den geistigen Raum des Elternhauses überschreiten, daraus ausbrechen oder ihn verändern wollen. Um solches zu leisten, braucht es eine erhebliche Reife, Ich-Stärke und vor allem Liebe zum Heranwachsenden, um ihm in seinem kulturellen Entwicklungsprozess Führung wie Freiheit und geschützten Spielraum zu gewähren. Viele Menschen führen diese Auseinandersetzung in ihrem Leben nicht zu Ende. Die Identifikation mit Einstellungen des Vaters oder mit dem Meinungssystem der Mutter erweisen sich als starr. Schuldgefühle beherrschen die Szene, wenn du dieses oder jenes tust, «bist du nicht mehr unser Sohn». «Ein Mitglied unserer Familie tut so etwas nicht, denkt so etwas gar nicht.»

{114} Von solchen Erfahrungen hängt es letztlich ab, inwieweit sich im späteren Leben Zutrauen zu Neuem, zu vom Herkömmlichen abweichenden eigenen Gedanken, durchsetzen kann. In der Jugend verfügt der Organismus noch über genügend Energien, um die mit starken Kräften und Affekten verbundenen schöpferischen Impulse notfalls zu verdrängen und eine Fassade der Übereinstimmung mit der Familientradition und dem Herkömmlichen aufzubauen. Natürlich ist auch die Wahrscheinlichkeit größer, dass sich diese Kräfte allen Geboten und Selbstverständlichkeiten zum Trotz durchsetzen. Mit steigendem Lebensalter wird dieser Verdrängungsprozess schwieriger. Die frei disponiblen Energien, sofern sie überhaupt noch vorhanden sind, nehmen ab. Die für Verdrängungen notwendige Energie fehlt. Ein verbleibender Ausweg ist die zunehmende Erstarrung der Lebenshaltung. Verfügt der Organismus nicht mehr über die notwendige Kraft, um zu verdrängen oder auch Konflikte durchzustehen, muss er sich selbst gegenüber hart werden, hart wie ein Panzer oder ein Stein. Erstarrung und Verkleinerung sind übrigens urtümliches Menschheitsthema, wie auch viele Märchen zeigen. Im psychischen Bereich zu «verkalken», muss kein natürlicher Alterungsprozess sein. Aber auf eine solche Weise werden neue Impulse konsequent abgewehrt. Das Ich ist der damit verbundenen Schwierigkeit enthoben, die alten Gleise können weiter befahren werden. Das starre alte System versteinert und tötet. Dieses System müsste selbst sterben, wenn sich das Leben noch erneuern soll. Anders können dem Ich keine neuen Kräfte vom Unbewussten her zuwachsen. In den Märchen zeigt sich dieser Prozess in typischen gegensätzlichen Tendenzen. Die Möglichkeit der Versteinierung und Erstarrung ist immer gegeben, wenn die Auseinandersetzung mit der Hexe nicht gelingt. Offensichtlich ist es die Absicht der Hexe, den Märchenhelden, der sich im dunklen Wald in die Nähe ihres Hauses verirrt hat, zu vernichten. Sie stellt ihm unmögliche Aufgaben, erfüllt er sie nicht, ist er des Todes. Er wird in einen Stein, einen Baum oder sonst wie verwandelt. Nun hat er aber auf seinem Weg durch die Dunkelheit des Waldes, anders als seine beiden, meist älteren Brüder, eine helfende Beziehung zu Not leidenden Tieren am Wege

aufgenommen. Ihnen gab er sein letztes Brot, er verband ein gebrochenes Bein und schützte Ameisen und Vögel. Dieser Bezug zum hilfreichen Tier, zum Instinkt und den unbewussten Kräften der Psyche erweist sich angesichts der lebensbedrohenden Situation vor dem Hexenhaus als einzige Überlebensemöglichkeit. So entgeht er der Erstarrung. Das Paradoxe geschieht: was ihn vernichten will, lässt ihn zum Helden wachsen und ermöglicht es ihm, auf dem dreibeinigen Zauberpferd der Hexe zu entfliehen. So gewinnt er die besonderen Kräfte, die ihn zum neuen König bestimmen. Diese Geschichten können wir so verstehen, dass die Natur in ihrer Trägheit die Unbewusstheit der Organismen erhält, diese aber auch mit Kräften versieht, die die Unbewusstheit überwinden können.

{115} Von den Kulturschranken lässt sich ähnliches feststellen: in der Auseinandersetzung mit ihnen lernen wir, unsere Eigenart und Andersartigkeit zu erkennen, zu ertragen und als positiven Wert zu erleben. Wir grenzen uns ihnen gegenüber ab, spüren das Neue, das in unserem Leben aktuell ist und sich von anderem unterscheidet

{116} und bewusst wird. Bewusstwerdung heißt Unterscheidung. Der Prozess des Sich-Unterscheidens von anderen ist immer ein Loslösungs- und Abtrennungsprozess. Mit einer Trennung ist Alleinsein und Einsamkeit verbunden. Wir verlieren den Schutz, den eine Gruppe bieten kann. Die Forderung nach Bewusstwerdung und Bewusstseinerweiterung ist leicht gestellt. Den Weg dahin begleiten große Ängste, das Gefühl des Verlassen- und Ausgeliefertseins in mancher verzweifelten Stunde. So ist es verständlich, dass an der Kulturgrenze die Kraft versagt und die Erstarrung beginnt. Viele Menschen schrecken vor den Abtrennungsprozessen zurück. Sie bleiben lieber in der ununterschiedenen Verbindung und dem Gefühl der Gleichartigkeit mit ihren Familien, ihren Partnern und ihrer Kultur. Manchen gelingt dieses Eingebettet-Sein auf die Dauer gut. Anderen ist es nicht beschieden, diesen Veränderungsprozess ihrer Eigenart ohne Symptome oder persönliches Leid zu überstehen. Sie sind gezwungen, in den dunklen Wald oder in die dunkle Nacht ihrer Seele hineinzugehen und sich mit den erwähnten gegensätzlichen Kräften der Natur, die in der Hexe zum Ausdruck kommen, auseinander zu setzen. So fordern gerade die Kulturschranken, die das Neue abweisen, dazu auf, dass es sich stärkt und die festgestellten Grenzen überwindet.

{117} Dass ein solcher Prozess der Auseinandersetzung gelingt, hängt von vielen zusätzlichen Faktoren ab. Die Festigkeit des Bewusstseins und des Ich sei an dieser Stelle noch einmal erwähnt. Immer wieder müssen wir Menschen in diesen Grenz-Erfahrungen begleiten. Wir sehen ihre Ängste, die mit der Ablösung von bisher gelebten Werten verbunden sind. Aufgewachsen in einer streng pietistischen Form des Christentums, erzogen an einer rationalistisch orientierten Universität, findet der inzwischen herangewachsene Mann eine neue Wertorientierung im Leben. Zu seinem Erstaunen werden Ängste und Vorstellungen wieder in ihm wach, die er längst überwunden glaubte. Er fürchtet sich vor der Hölle, er sieht sich von Gott gestraft und meint zu wissen, dass auf seiner neuen Entwicklung kein Segen liegen kann. Niemand kann ihm sagen, ob Gott ihn strafen wird und wie das geschieht. Persönliches Missgeschick oder gar Unfälle darauf zu beziehen, liegt nahe. Reumütig kehrt der eine zurück, die Schranken hätten dann gesiegt, das Neue wäre nicht gewachsen. Die Hexe hat triumphiert. Ein anderer geht weiter, unter Furcht und Zittern. Woher weiß er, ob das Neue gut und richtig ist? Diese Frage ist wahrscheinlich die Kernfrage aller mit solchen Entwicklungen verbundenen Ängste. Hier müssen existenzielle Unsicherheiten ertragen werden, die keiner dem anderen abnehmen kann.

{118} In solchen Grenzbereichen, die durch die Kulturschranken abgesteckt sind, sollte man sich einigermaßen auskennen, wenn man andere auf solchen Wegen begleiten will. Bei den Psychotherapeuten ist auch aus diesem Grunde die persönliche Analyse als Teil der Ausbildung gefordert. Indem ich im eigenen analytischen Prozess die Grenze zwischen dem Bewusstsein und dem Unbewussten überschreite, stelle ich mich mir selbst und weiß nicht, mit welcher Lebensdynamik ich konfrontiert werde.

{119} Wir lernen es heute wieder, unseren Körper wahrzunehmen und entwickeln dabei viel Enthusiasmus und neue Methoden. Körperdynamik, Wachheit für körperliche Reaktionen und Prozesse, Vertrauen auf körperliche Signale werden vermittelt. Wir versuchen, die alte Körperfeindlichkeit zu überwinden. «Eine dunkle Ahnung sagte uns, dass wir ja nicht ganz sind ohne dieses negative, dass wir einen Körper haben, der, wie der Körper überhaupt, unweigerlich einen Schatten wirft, und dass wir nicht dreidimensional, sondern flach und wesenlos sind, wenn wir eben diesen Körper leugnen. Dieser Körper aber ist ein Tier mit einer Tierseele, d. h. ein dem Triebe unbedingt gehorchendes lebendes System. Mit diesem Schatten sich zu vereinigen, heißt ja sagen zum Triebe und damit auch ja sagen zu jener ungeheuerlichen Dynamik, welche im Hintergrund droht. Davon will uns die asketische Moral des Christentums befreien, auf die Gefahr hin, die Tiernatur des Menschen im tiefsten Grunde zu stören. Hat man es sich klar gemacht, was das heißt: zum Triebe ja zu sagen?» (30) Eine solche Dynamik begegnet uns aber nicht nur im Bereich des Körper- und Triebgeschehens, sondern auch im geistig-religiösen Leben. Aus guten Gründen stellen wir Riten, Dogmen und kirchliche Prozeduren zwischen den Menschen und die Gottheit. C. G. JUNG hat sich mit den Fragen des Gottesbildes in uns zeitlebens engagiert auseinander gesetzt. Ein beredtes Zeugnis hiervon ist seine «Antwort auf Hiob». (31) Ebenso wie die Natur weder gut noch böse ist, ist es die Kultur und die damit gesetzten Schranken. Ohne solche Schranken wären wir grenzenlos, wir fänden ohne sie nicht zu unserer Eigenart, wären nicht genötigt, Kräfte zu sammeln, um den Neuen Raum zu schaffen. Andererseits: die gerade dadurch gestörten Persönlichkeitsentwicklungen bestätigen den zitierten Satz von C. G. JUNG, dass zu viel Kultur kranke Tiere macht. Wir sind verkrüppelte Produkte unserer Kultur. Dadurch sehen wir zunächst die negative Wirkungsweise der Schranke und möchten am liebsten schrankenlos leben. Aber dies wäre eine Entwicklung in den leeren Raum hinein. Sie würde wahrscheinlich nur kurze Zeit währen, bis sich aus uns neue Schranken und Regeln gestalten. Die Dialektik des Gegensatzes zwischen Kulturschranke und Freiheitsdurst dürfte zu den existenziellen Bedingungen des Menschseins gehören. Da mit der

Evolution gewachsen, ist sie als überlebensnotwendiges Gegensatzpaar zu betrachten. Das lässt sich auch für das Gewissen zeigen. Die Inhalte des Gewissens verändern sich von Gruppe zu Gruppe und von Kultur zu Kultur. Das Gewissen als solches aber gehört zum Menschen und ist als Organ der Psyche mit ihm gewachsen, wie die Organe seines Körpers. Wir sollten es also weder als Last noch als Ideal betrachten, sondern als zu unserer Struktur gehörendes, lebensnotwendiges psychisches Organ. Jedes Organ muss seinen ihm gebührenden Platz im Gesamtgeschehen des Organismus finden. Wucherungen sind manchmal lebensgefährlich. Ein überstrenges Gewissen zerstört die spontane Lebendigkeit und die Freude am Dasein. Deshalb ist aber ein Leben «ohne Gewissen» nicht lebenswerter. Wie so oft, handelt es sich auch hier um eine Frage des rechten Maßes. Bei seinen Überlegungen zum Eros hat JUNG ja darauf hingewiesen, dass sich die Natur «mit Duldung und weisem Maß» begnügt. (32)

Kranke Tiere

{120} Definieren wir das Wesen der Kultur als eine kontinuierlich gewachsene geistige Tradition und als den Grad jeweiliger Bewusstheit, so gilt ein gleiches für die Instinkt- oder Tierseite des Menschen. Auch hier reichen die Wurzeln kontinuierlich weit in die Geschichte der Arten zurück. Kommt es einer Katastrophe gleich, wenn wir uns von unseren geistigen Wurzeln in intellektueller Hybris abschneiden, so dürfen wir eine entsprechende Katastrophe vermuten, wenn wir uns von den instinktiven und naturhaften Kräften lösen. Ist vielleicht die Sehnsucht nach Haustieren, die besonders bei Kindern in den Städten sehr stark ist, ein Ausdruck eines solchen Wunsches, die naturhaften Wurzeln zu behalten oder wieder zu finden? Die Abtrennung von den instinktiven Wurzeln scheint aber von der Kultur gefordert zu werden. Das Ergebnis sind blasse Rationalisten, Intellektuelle ohne Gefühl und Instinkt, kranke Tiere. Kranke Tiere sind vom Tode bedroht. In der Natur ist dies eine weise Einrichtung, denn das Überleben der Arten wird so am besten gesichert. «Kranke Tiere» (als Symbol für verkrüppelte Menschen) bleiben aber am Leben und gewinnen oft aufgrund ihrer krankhaften Einseitigkeit Einfluss in bestimmten Gruppen, die sich um sie sammeln.

{121} Dass wir die transzendenten, göttlichen Kräfte, an denen der Mensch teilhaben kann, in unseren institutionalisierten Religionen mit großen Gewissensängsten verknüpft haben, ist wahrscheinlich eine der fatalsten Tatsachen im Bereich des religiösen Lebens. Auch hier ist eine weise Beschränkung notwendig. Jede Form der Identifikation mit göttlichen Kräften - in der Psychotherapie sprechen wir von einer Inflation des Ich - ist sehr gefährlich. Aber diese notwendigen Schranken sind fast unüberschreitbar geworden, öffnen sie sich nicht mehr und gibt es keine Form von geordneter Verbindung zwischen der einen und der anderen Seite, so bedeutet dies einen unersetzlichen Verlust. Hinter dem tradierten Glaubensinhalt fehlt die Lebensmacht. Zudem ist zu bedenken, dass die entsprechenden Kräfte der Psyche andere Wege suchen müssen. Wahrscheinlich ist jede Form des politischen Fanatismus, jede Heroenverehrung oder Vergöttlichung von Herrschern ein solch fehlgeleitetes Umgehen mit diesen religiösen Kräften der Psyche.

Hinweise für den Therapeuten

{122} Der Umgang mit den verschiedenen Arten und vor allem den Folgen der Kulturschranken ist ein wesentlicher Teil der täglichen psychotherapeutischen Arbeit. Die Modelle, die wir über die Neurosenentstehung besitzen, sehen hierfür ganz bestimmte Konstrukte vor, wie das Über-Ich, die idealisierten und introjizierten Bilder wichtiger Bezugspersonen, die Abwehrmechanismen und die spontane Konstellation kompensierender Inhalte des Unbewussten zu den Einseitigkeiten der jeweiligen Kultur. Die Psychotherapie wird jedoch dem Phänomen der Kulturschranke nur dann voll gerecht, wenn sie ihre positiven und negativen Wirkungen erkennt und handhaben lernt. Eine schrankenlose Antriebsfreundlichkeit, wie sie in manchen Psychotherapien vertreten, wenn auch nicht immer praktiziert wird, ist ebenso gefährlich wie die Übertreibung des Gewissens, wie sie in den meisten Familien verlangt wird. Eine einseitige Beschränkung auf therapeutische Interventionen, die sich nur mit dem beschäftigen, was ich will oder was mir Spaß macht, scheint mir einem zu einseitigen Menschbild verpflichtet. Sie-mögen sich an moralistischen Vereinseitigungen unserer christlichen Kultur orientieren, doch die Propagierung des Gegenteils allein ist zu wenig. Phänomene der Selbstbeschränkung, der verantwortlichen Steuerung, ja auch des Opfers und des Dienens gehören ebenso wesentlich zu uns wie der Wunsch nach Triebbefriedigung, Lebendigkeit des Gefühls, aggressiver Durchsetzung und gelegentlich unkontrollierter, ganz spontaner Handlungen. Die Erfahrung gibt uns in dieser Hinsicht auch immer wieder recht: In dem Maße, in dem durch psychotherapeutische Hilfe Einseitigkeiten abgebaut werden können und das Ich dabei erstarkt und wächst, in dem Maße ergeben sich neue Formen der Selbstregulierung und der gesunden Balance zwischen Selbstkontrolle und gelegentlicher Aufgabe der Selbstkontrolle. Im Bereich der sexuellen und erotischen Beziehungen zum Beispiel bedarf es unbedingt dieser Fähigkeiten einer unkontrollierten und spontanen Hingabe, eines ausschließlichen Sich-Einlassens auf das Geschehen des Körpers und der damit verbundenen Gefühle.

{123} Nicht selten müssen wir Patienten in Grenzbereichen über längere Zeit begleiten. Wir sprechen von Grenzfällen, das heißt, dass sich diese Menschen im Grenzbereich verschiedener Diagnosefelder bewegen. Um dies zu kennzeichnen, musste ein spezielles Syndrom diagnostisch herausgehoben werden, das «Border-Line-Syndrom». Das ist ein selbständiges Krankheitsbild, das weder von der Neurose noch von der Psychose quantitativ als ein mehr oder weniger des einen oder anderen allein abgeleitet werden kann.

{124} Wir wissen, dass es besonderer Techniken bedarf, um Menschen in Grenzbereichen zu begleiten. Hier kann es notwendig sein, über längere Zeit seine eigenen Fähigkeiten an den Patienten gewissermaßen auszuleihen und ihm stellvertretend psychische Repräsentanten zur Verfügung zu stellen, über die er selbst noch nicht verfügt. Dass das

technisch ein außerordentlich hohes und sensibles Können benötigt, ist selbstverständlich.

{125} Es gibt andere Grenzbereiche, die hier nur beispielhaft erwähnt werden können: manche Menschen bewegen sich über längere Zeit im Grenzbereich zwischen Leben und Tod, wohl dem schwierigsten überhaupt. Aber auch jede, sich oft über Jahre hinziehende Ablösung von wichtigen Bezugspersonen oder Einstellungen ist ein solcher Grenzpfad. Häufig entsteht beim Therapeuten wie beim Patienten das Gefühl, dass er sich erst mit einem Bein in seinem eigenen Leben befindet. Die Angst zwingt unsere Patienten, sich sehr lange an solchen Grenzen aufzuhalten, statt weiterzuschreiten und sich damit diesen besonderen Ängsten auszusetzen, die dieser Grenzaufenthalt mit sich bringt. Das mutige Vorwärtsgen ist außerordentlich schwierig. Die Progression der Libido wird immer wieder gehindert durch regressive Versuchungen und Fixierungen.

{126} Ein Grenzbereich, der besondere Anforderungen an den Therapeuten stellt, ist der des Suizids. Hier versucht der Patient, getrieben von den verschiedensten Motiven, immer wieder eine Grenze zu überschreiten und gleichzeitig das Leben doch noch nicht zu verlassen. Wenn sich unsere Patienten in moralischen Grenzbereichen bewegen, vielleicht gelegentlich Ladendiebstähle begehen, sich zeitweise zu prostituieren scheinen oder in unqualifizierter Weise aggressiv und zerstörerisch werden, so nehmen sie uns mit hinein in solche Grenzbereiche, die am ehesten den hier besprochenen Kulturschranken entsprechen. Auch im Therapeuten entstehen dann viele Ängste. Deshalb müssen wir die Forderung an uns stellen, Grenzgänger zu sein. Wir müssen Fähigkeiten entwickeln, uns in den verschiedensten Grenzsituationen des Lebens nicht nur zu bewegen, sondern dort auch für längere Zeit aufzuhalten. Wir können diesen Anforderungen, die unverzichtbar sind, nur dann nachkommen, wenn wir gleichzeitig Zugang zu Lebensbereichen haben, die von diesen Grenzproblemen unbelastet sind. Dazu gehört zum Beispiel das «zu Hause sein» in vielerlei Lebensbereichen: im Eros, im Sex, in der Freiheit, der Freude am Beruf, im menschlichen Miteinander. Das ist kein Plädoyer für eine so genannte «heile» Welt. Ich glaube aber, dass wir nur dann im Grenzbereich ganz wach und voll da sein können, wenn wir in anderen Lebensbereichen «ein Zuhause haben». Ich verwende hier ganz bewusst diese bildhafte Sprache. Die anstrengende Arbeit einer psychotherapeutischen Praxis muss notwendigerweise kompensiert werden, indem ich zu mir selbst, zu meinem Partner, in meinen Garten, in meine geistige Welt nach Hause kommen kann. Das heißt nichts weniger, als dass ich mir diese Welt erschlossen haben muss. Andernfalls geben wir uns stärker als wir sind, aber angesichts dieser Grenzbereiche sollten wir keine Notlügen brauchen. Dazu sind die anstehenden Fragen zu ernst.

{127} Abschließend noch ein Wort zur Gegenübertragung. Wir wissen, dass das Ungelebte der Psyche, sei es nun abgewehrt oder noch nie gelebt, in der Projektion erscheint. Wir wissen auch, dass wir unbewusst eine Fülle averbaler Signale senden, die vom anderen ebenso unbewusst, aber ebenso genau verstanden werden. Wir wissen auch, dass gerade aufgrund der Übertragungs- Gegenübertragungs-Konstellation in der Analyse der Patient eigentlich darauf wartet, entsprechende Signale von seinen Therapeuten zu bekommen. Hier ergeben sich die vielfältigsten Formen des unbewussten Zusammenspiels, die das therapeutische Geschehen oft nicht im Sinne seiner Zielsetzungen fördern. Manchmal habe ich den Eindruck, dass die Freude der Therapeuten an besonders aggressiven Verhaltensweisen in Gruppen sehr viel mit ihrer eigenen, immer wieder nachgewiesenen Aggressionshemmung und Depression zu tun hat. Auffallenderweise findet die gleiche stimulierende Einstellung im Hinblick auf sexuelle und zärtliche Strebungen viel seltener statt. Gerade in diesem Bereich haben wir selten jenen Grad an Freiheit und Sicherheit erreicht, der notwendig wäre, um nicht eigene Ängste ins Spiel zu bringen.

Für den Betroffenen

{128} Sie kennen das Gefühl sehr genau, bestimmte Grenzen nicht überschreiten zu können oder zu dürfen. So wissen Sie zum Beispiel, dass Sie sich mit Ihrem Chef auseinander setzen müssten, aber Sie bringen es nicht fertig. Sie möchten öfters nein sagen, hören sich aber immer wieder ja sagen. An gewissen Grenzpfählen bleiben Sie stehen und kehren um. Sie meinen, Ihre Kraft reiche nicht aus, um die Grenze zu überschreiten, obwohl Sie es möchten. Dabei ist nicht zu übersehen, dass gerade an den Grenzen, wir wissen das aus der Politik, von seinen der Staatsmacht starke Kräfte zusammengezogen werden. An den Grenzen begegnen wir entweder kritischen Zöllnern, einem Schlagbaum oder sogar Streitkräften, wenn Gefahr im Verzug scheint. Ähnliche Vorstellungen können wir auf die Psyche übertragen: die Grenzen zwischen Bewusstem und Unbewusstem sind gut bewacht. Dort entstehen die Ängste, die den Menschen lahmen und blockieren. Unerwünschtes und gefährlich Erscheinendes wird abgewehrt. Das Bewusstsein kann einer Festung gleichen, der sich nichts und niemand ohne Gefahr nähern darf. In solchen Fällen sprechen wir von einem Charakterpanzer. Worauf sich die Ängste im einzelnen beziehen können, wurde in den vorausgegangenen Überlegungen mehrfach angedeutet. Hinzu kommen viele persönliche Grenzen, die sich aus der Lebensgeschichte ergeben. Immer wenn Sie sagen «Ich kann doch nicht ...» oder «Was sollen die Leute denken, wenn ich ...», stehen Sie wahrscheinlich an einer solchen Grenze. Wäre das Überschreiten dieser Grenze Ihrer weiteren Entwicklung dienlich? Könnten Sie die Folgen meistern?

{129} Überschreiten Sie die Grenze, werden Sie Neuland betreten. Leiden Sie unter einer neurotischen Störung, können Sie damit rechnen, dass die in Ihnen vorhandenen, aus Ihrer Entwicklungsgeschichte gewachsenen Kulturschranken und Kulturzwänge jetzt eine negative Wirkung haben. Dann sind Grenzen aufgerichtet, die kranke Tiere erzeugen oder andere Verkrüppelungen in Ihrer Seele verursachen. Diese Grenzen müssen verändert werden, entweder im Hinblick auf ihre Durchlässigkeit oder im Hinblick auf den Grenzverlauf. Der Lebensspielraum ist zu klein geworden. Die Formen des Gefühlsausdrucks, die Sie sich vorschreiben, sind zu eng. Sicher ist es richtig, dass man sich nur in «begrenztem Raum» frei bewegen kann. Die Form dieses Raumes muss sich jedoch verändern können.

{130} Die Arbeit an der Grenze, mit der Grenze, mit der Erweiterung des persönlichen Lebensraumes ist mit Anstrengung, Schmerz, belastenden Erinnerungen und auch viel Angst verbunden. Diese Belastungen müssen eine Zeit lang ertragen werden, sonst sind Änderungen nicht möglich. Auch hier bietet die Politik wieder Anschauungsmaterial: über Grenzverhandlungen, und sei es nur die Errichtung einer kleinen neuen Zollstation auf dem Hoheitsgebiet eines anderen Landes, wird mit großen Schwierigkeiten verhandelt. Aber es ist möglich.

{131} Um es noch einmal persönlich zu fragen: Wo verlaufen die Grenzlinien meines Lebens, von denen ich spüre, dass sie mich einengen, meine Lebensfreude trüben und meine Entwicklung behindern? Wie stehe ich zu diesen Begrenzungen? Hier gibt es viele Reaktionsmöglichkeiten: ich kann sie resigniert hinnehmen und mehr oder weniger krampfhaft versuchen, mich damit abzufinden. Ich kann auch wütend dagegen anrennen, ohne konstruktive Lösungen zu entwickeln, wie ich diesen oder jenen Grenzpfahl Stück für Stück verrücken könnte. Vielleicht habe ich auch noch nie Verhandlungen mit denen aufgenommen, die ebenfalls an diesen Grenzen beteiligt sind. Ich entwickle nur eine ohnmächtige und stille Wut. Auf das Wort «ohnmächtig» möchte ich besonders hinweisen. Viele Begrenzungen werden durch Partner oder Familienangehörige repräsentiert, deren Ansichten, Vorlieben und Wünsche.

{132} Ist mein Gewissen zu eng? Kulturschranke besagt auch, dass die Grenzen im Bereich des Denkens, der Bildung und des sozialen Herkommens liegen können. Praktisch empfiehlt es sich, die verschiedensten Lebensbereiche der Reihe nach durchzugehen und sich dabei zu fragen, inwiefern sie mich einengen, mir gemäß sind oder vielleicht auch das Gefühl der grenzenlosen Schutzlosigkeit geben. Es gibt auch Aufgaben und Verpflichtungen, die weiter reichen, als meine persönlichen Kräfte tragen. In so einem Zusammenhang hätte ich sehr stark das Bedürfnis, die Grenzen enger zu ziehen. Das gilt besonders für Menschen, die dazu neigen, immer wieder ja zu sagen, sich anzupassen und Verpflichtungen zu übernehmen; sie fühlen sich hauptsächlich in andere ein und verlieren den Kontakt mit sich selbst. Sie verwischen die persönlichen Grenzen, vermischen sich selbst in unguter Weise mit dem Leben des anderen und finden nicht zu ihrer eigenen Identität und Begrenzung zurück. Dann ist es nötig, sich zurückzunehmen und die Grenzpfähle näher an das eigene Areal heran zu stecken. Dem anderen wird signalisiert «Hier beginne ich». Die psychotherapeutische Erfahrung zeigt, dass das Erlernen der persönlichen Abgrenzung und Begrenzung sehr schwierig ist. Das ist damit verbunden, dass man Enttäuschungen, Traurigkeiten oder auch Wutausbrüche des anderen Menschen ertragen lernt. Will ich solche Reaktionen um jeden Preis vermeiden, verliere ich meine Grenzen. In dieser Grenzenlosigkeit verströme ich mich, bekomme eine Zeit lang sehr positive Rückmeldungen, verliere aber letztlich meine Kontur und weiß endlich überhaupt nicht mehr, wer ich selbst bin. Solche Klagen sind oft zu hören: «Wer bin ich denn eigentlich noch?», «Was ist denn eigentlich noch mein Leben?», «Was will ich?». Solche Zitate ließen sich beliebig vermehren. Versuchen Sie, die für Sie geeigneten Formulierungen zu finden. Sie befinden sich dann in dem Bereich, in dem das Phänomen der Grenze und der Kulturschranke für Sie relevant ist.

{133} Genauer Zusehen erweist bei jeder persönlichen wichtigen Grenze, dass mit ihr verinnerlichte kulturelle Werte verbunden sind, mit denen Sie sich jetzt erneut auseinander setzen müssen. Hinter der fortwährenden Anpassung und dem schon fast zwanghaften Eingehen auf Bedürfnisse eines anderen kann zum Beispiel eine falsch verstandene christliche Forderung, den Nächsten über alles zu lieben, stehen. Nicht an sich selbst denken zu dürfen, gehört in diesen Bereich. Die große Problematik, die «das Böse» für uns darstellt, sei erwähnt. Auch hier sind uns aufgrund unserer christlichen Erziehung Kulturschranken und Kulturzwänge gesetzt, in die wir uns von klein auf mit großer Mühe «hinein schrauben», um noch einmal an diesen Ausdruck C. G. JUNG's zu erinnern. Allerdings sind wir dann auch völlig fest verschraubt. Erinnern Sie sich, wie schwer es sein kann, alte, fest eingerostete Schrauben wieder zu lösen? Dies ist ein gutes Bild für die notwendige harte innere Arbeit, die bei derartigen Veränderungen zu leisten ist. Soll man solche Schrauben nicht lieber sitzen lassen?

3. Gegensätze: Paradoxie und Einheit

Thesen zum Thema

{134} Gegensätze prägen das menschliche Leben. Sie sind Anlass zu Spannung, Konflikt und Auseinandersetzung, aber auch zu neuen Lösungen und zu Frieden.

{135} Im polaren Feld gegensätzlicher Standpunkte entwickeln sich große Energien. Die analytische Psychologie sieht im «Gefälle» zwischen den Gegensätzen das aktivierende Moment der psychischen Energie. Ohne die Gegensätze ist kein Energiefluss möglich.

{136} Da kein Sein ohne Negation denkbar ist, kann von einem Gegensatz-Prinzip gesprochen werden. Seine Reflektion gehört zu den wesentlichen theoretischen Grundlagen der analytischen Psychologie. Ein Denken im Gegensatzmodell ist in jedem tiefenpsychologischen Theorieansatz aufweisbar. Es bildet auch einen Teil der Grundlage der psychoanalytischen Krankheitslehre.

{137} Die grundlegende Bedeutung der Gegensatzkonstellation für Energieentwicklung und Lebensentfaltung gibt auch dem Konflikt eine neue Bewertung und Würdigung. Der Konflikt ermöglicht eine neue Verbindung der auseinander getretenen Pole. Insofern ist der Konflikt eine notwendige Vorstufe zu einer neuen Ganzheit, die in dieser Form bisher nur als Möglichkeit existierte. Die Persönlichkeitsentwicklung vollzieht sich Schritt für Schritt über die Konstellation von Gegensätzen, zum Beispiel zwischen dem Wunsch nach Triebbefriedigung und seinem Verbot. Das Gegensatzpaar von Antrieb und Steuerung sowie die vielen zugehörigen Konfliktmöglichkeiten zeigen sich hier. In einem integrierten biologischen, psychischen oder sozialen System haben beide ihren Stellenwert. Auch Selbstregulierungsprozesse in lebendigen Systemen setzen diese Pole voraus. Sie lassen sich als Wirker und Gegenwirker mit ihren entsprechenden Innovationen physiologisch verankern.

{138} Die Gegensätze sind der Frage der Ganzheit der Persönlichkeit zugeordnet. Das Gegensatzprinzip lässt sich bis in die höchsten Wertvorstellungen verfolgen. Auch die Götterwelt unterliegt dem großen Gegensatz von gut und böse, der jedes Leben maßgeblich und intensiv mitbestimmt. Die Reflektion einer Hierarchie der Gegensätze müsste diesem eine vorrangige Stellung zuerkennen.

{139} Der Umgang mit den Gegensätzen ist ein wichtiger Bestandteil von Psychotherapie und Seelsorge.

C. G. Jung zu diesem Thema

{140} In den Werken C. G. JUNG's finden sich zahlreiche Äußerungen über die Gegensatzstruktur der Psyche. Die Gegensätze des Lebens gehören nach JUNG's Auffassung zu den bestehenden Grundelementen des Lebens; aus ihnen, aus der zwischen ihnen bestehenden Spannung und den daraus erwachsenden Konflikten entwickelt sich die psychische Energie, die immer ein «Gefälle» zwischen zwei Polen voraussetzt. Solche Gegensätze sind beispielsweise gut und böse, Gott und Teufel, Tag und Nacht, männlich und weiblich usw. Zu einer ausweglosen Lebenssituation kommt es, wenn bei einem Auseinandertreten der Gegensätze zur Zeit keine neue Lösung möglich erscheint. Zwischen zwei Übeln das kleinere zu wählen kann sehr schwierig sein. Um das Gute zu wissen und sich doch für etwas als böse Angesehenes entscheiden zu müssen, führt zu einem moralischen Konflikt. Beide Pole sind, energetisch betrachtet, gleich stark. Solche Situationen werden von einem Gefühl der Lähmung begleitet, es gibt kein Vorwärts und kein Zurück. Nur das eine oder das andere, nicht ein drittes - die Lösung - scheint möglich. «Tertium non datur.» Kompromisse, die wir dann suchen, sind keine Lösungen. Wir sprechen auch von «faulen Kompromissen». Die Existenz der Gegensätze in jedem Menschen ist die Quelle von Spannung und Energie. «An dieser Spannung hat jeder Anteil und jeder erfährt sie in der individuellen Form seiner Unrast, und dies umso mehr, je weniger er eine Möglichkeit sieht, sie mit rationalen Mitteln zu beheben.» (1)

{141} «Es gibt keine Bewusstheit ohne Unterscheidung von Gegensätzen.» - «Es gibt keine Position ohne ihre Negation.» (2)

{142} «Es gibt z.B. Pflichtenkollisionen, von denen niemand weiß, wie sie zu lösen wären. Das Bewusstsein weiß nur: tertium non datur! Der Arzt rät darum seinen Patienten, abzuwarten, ob nicht das Unbewusste einen Traum erzeugt, welcher ein irrationales und deshalb unvorhergesehenes und unerwartetes Drittes zur Lösung vorschlägt. Wie die Erfahrung zeigt, tauchen in den Träumen tatsächlich Symbole vereinigender Natur auf, worunter das Motiv des Heldenkinds und der Quadratur des Zirkels, d.h. der Vereinigung der Gegensätze, zu den häufigsten gehört.» (3)

{143} «Für den Kenner religiöser Phänomenologie ist es ja kein Geheimnis, dass physische und geistige Leidenschaft zwar feindliche, aber eben doch Brüder sind und es darum oft nur eines Momentes bedarf, um das eine in das andere umschlagen zu lassen. Beide sind wirklich und bilden ein Gegensatzpaar, welches eine der ergiebigsten Quellen der psychischen Energie bildet. Es geht nicht an, das eine vom anderen abzuleiten, um dem einen oder dem anderen den Primat zu verleihen. Wenn man zunächst auch nur das eine weiß und vom anderen erst viel später etwas merkt, so beweist das nicht, dass nicht auch das andere schon längst vorhanden war. Man kann warm nicht von kalt und oben nicht von unten ableiten. Ein Gegensatz besteht in einer Zweiteiligkeit oder überhaupt nicht, und ein Sein ohne Gegensätzlichkeit ist völlig undenkbar, da sein Vorhandensein überhaupt nicht festgestellt werden könnte.» (4)

{144} «Die Gegenüberstellung der Position bedeutet eine energiegeladene Spannung, die Lebendiges erzeugt, ein Drittes, das keine logische Totgeburt ist, entsprechend dem Grundsatz: tertium non datur, sondern eine Fortbewegung aus der Suspension zwischen den Gegensätzen, eine lebendige Geburt, die eine neue Stufe des Seins, eine neue

Situation herbeiführt. Die transzendente Funktion offenbart sich als eine Eigenschaft angenäherter Gegensätze. So lange diese einander fern gehalten werden - natürlich zum Zwecke der Konfliktvermeidung - funktionieren sie nicht und bleiben - toter Stillstand. Als was immer die Gegensätze im individuellen Fall erscheinen mögen, im Grunde genommen handelt es sich immer um ein in Einseitigkeit verirrtes und verbohrttes Bewusstsein, konfrontiert mit dem Bilde instinktiver Ganzheit und Freiheit. Es ist der Anblick des anthropoiden und des archaischen Menschen mit seiner angeblich ungehemmten Triebwelt einerseits und seiner vielfach verkannten Anschauungswelt andererseits, der, unsere Einseitigkeit korrigierend und kompensierend, aus dem Dunkel hervortritt und uns zeigt, wie und wo wir uns von der Grundzeichnung entfernt und uns psychisch verkrüppelt haben.» (5)

{ 145 } «Da die Auseinandersetzung mit der Gegenposition ganzheitlichen Charakter hat, so ist nichts davon ausgeschlossen. Alles steht in Diskussion, auch wenn nur Bruchteile bewusst sind. Das Bewusstsein wird durch die Gegenüberstellung von bisher unbewussten Inhalten ständig erweitert oder - besser gesagt - könnte erweitert werden, wenn es sich um deren Integration bemühen wollte. Das ist natürlich keineswegs immer der Fall. Auch wenn genügend Intelligenz vorhanden ist, um die Fragestellung zu verstehen, so fehlt es doch an Mut und Selbstvertrauen, oder man ist geistig und moralisch zu träge oder zu feige, eine Anstrengung zu machen. ... Es ist ein Weg, sich durch eigene Anstrengung zu befreien und den Mut zu sich selbst zu finden.» (6)

{ 146 } «Es ist der gewaltige Schatten, den der Mensch wirft und den unsere Zeit in so erschütternder Weise erfahren musste. Die Einordnung dieses Schattens in unseren Kosmos ist keine einfache Sache. Dass man dem Bösen einfach den Rücken zuwenden und es auf diese Weise vermeiden könne, diese Meinung gehört in die lange Reihe antiquierter Naivitäten. Es ist bloße Vogel-Strauß-Politik, welche die Wirklichkeit des Bösen nicht im Geringsten beeindruckt. Das Böse bildet den dem Guten notwendigen Gegensatz, ohne den es auch kein Gutes gäbe. Ersteres kann also nicht einmal weggedacht werden.» (7)

{ 147 } «Als Ganzheit ist das Selbst per definitionem immer eine complexio oppositorum, und seine Erscheinungsweise ist um so dunkler und drohender, je mehr das Bewusstsein sich Lichtnatur vindiziert und daher auf moralische Autorität Anspruch erhebt.» (8)

{ 148 } «Gewiss konfrontiert uns die Bewusstmachung des Verborgenen und Geheimgehaltenen mit einem unlösbaren Konflikt; so wenigstens erscheint es dem Bewusstsein. Aber die aus dem Unbewussten in Träumen hervortretenden Symbole weisen auf die Konfrontation der Gegensätze hin, und die Bilder des Zieles stellen deren geglückte Vereinigung dar. Hier kommt uns eine empirisch feststellbare Hilfe von Seiten unserer unbewussten Natur entgegen. Es ist die Aufgabe des Bewusstseins, diese Andeutung zu verstehen. Wenn dies aber nicht geschieht, so geht der Individuationsprozess dennoch weiter; nur werden wir ihm zum Opfer fallen und vom Schicksal zu jenem unvermeidlichen Ziele geschleppt, das wir aufrechten Ganges hätten erreichen können, hätten wir nur zu Zeiten Mühe und Geduld darauf verwendet, die numina des Schicksalsweges zu begreifen.» (9)

Spannungen und Konflikte

{ 149 } Mit Spannung und Konflikt kennzeichnen wir die Wirkung gegensätzlicher Standpunkte und Kräfte beim Individuum und in größeren gesellschaftlichen oder politischen Zusammenhängen. Spannung verweist auf die dabei auftretende Dynamik und auf die Energie, die mobilisiert wurde. Zwischen den Polen der Interessengegensätze entwickeln sich starke «Strömungen» und «Bewegungen». So bezeichnen sich beispielsweise politische Richtungen als Bewegung. Trotz der Schwierigkeiten, die mit der Verwendung des Energiebegriffes in den Verhaltenswissenschaften verbunden sind, verwenden wir das Energiekonzept als Erklärungsmodell. Entsprechend der von der Physik angenommenen Energie wird eine psychische Energie als Sonderform der Lebensenergie angenommen. (9) Diese Energie entwickelt sich im Gefalle der Gegensätze und wirkt aktivierend und motivierend auf das Verhalten. Die zugehörigen neurophysiologischen und chemischen Prozesse sind zum Teil bekannt, eine genaue Analyse der Energieentwicklung im psychologischen und sozialen Bereich steht jedoch noch aus. In Unkenntnis wissenschaftlicher Modelle der Energetik verwenden wir in der Umgangssprache bildhafte Vorstellungen, die solche Modelle vorwegnehmen. Wenn zwei Menschen an einem Strang ziehen, so verdoppelt sich ihre Kraft. Bei Ehekonflikten beschreiben die Partner, dass jeder an einem anderen Ende des Stranges und in die entgegengesetzte Richtung ziehe. Deshalb könne man sich nicht einigen. Die Energie, die jeden zu seinem Ziel führen könnte, führt ihn offensichtlich aus der partnerschaftlichen Gemeinschaft heraus. Ein gemeinsames Ziel ist nicht mehr in Sicht, und beide schauen in entgegengesetzte Richtungen.

{ 150 } In dieser alltäglichen Form zeigt sich die Problematik der Gegensätze. Unvereinbare Ansichten, gegensätzliche Ziele - beispielsweise in der Kindererziehung -, konfliktträchtige Standpunkte und intensive Auseinandersetzungen sind für solche Paare charakteristisch. Die Schwierigkeiten entstehen weniger dadurch, dass die Gegensätze bestehen, sondern dass jeder Pol des Gegensatzpaares als allein gültig oder richtig angesehen oder bestritten wird. Genau besehen ergeben erst beide Pole ein Ganzes. Das scheint auch der latente Sinn der Gegensatzproblematik zu sein. Die Wahrheit, die für die eine oder die andere Seite gefordert wird, liegt «in der Mitte». Der Mittelweg wird als «golden» bezeichnet, er ist offenbar kostbar und schwer zu finden. Dieser mittlere Weg muss vom Kompromiss, der beide Pole vorzeitig vereinigt, dabei aber verwischt und unkenntlich macht, unterschieden werden. In einem mittleren Standpunkt finden beide Pole ihre Eigenart in einer neuen Synthese wieder. Man braucht sich im Leben nicht weit umzuschauen, um die Brisanz dieser Gegensatzthematik zu erkennen. Den Beginn einer Beziehung oder Ehe treten die Paare in der Regel mit gemeinsamen Zielen an: sie möchten einen Hausstand gründen, sie einigen sich in vielen Fragen und fühlen sich

zueinander hingezogen. Die liebende Vereinigung und die ekstatische Sexualität sind ein gemeinsames Ziel. Darin symbolisiert sich das Einswerden und die Ganzheit. So scheint es zunächst, als könnten sich Mann und Frau trotz ihrer gegensätzlichen Natur vereinigen und «Eins»-werden. Diese Einheit ist ein hohes Ideal, sie wird zum Maßstab erhoben. Worte wie Harmonie, Frieden und Glück weisen in diese Richtung. Dass wir dem Einssein eine so große Bedeutung zuschreiben, weist auf den psychologischen Gehalt einer Ganzwerdung hin. Wenn dieses Einssein aber die Konflikte entwertet oder wenn sie um des Friedens willen immer vermieden werden, so verschwindet das energetische Spannungsgefälle. Es ist an die Lebendigkeit der Gegensätze gebunden, die durch das Einssein offenbar aufgehoben werden sollen. Das Missverständnis liegt in der Verabsolutierung der Einheit. Sie kann sich nur immer wieder neu aus der Dynamik gegensätzlicher Tendenzen entwickeln. Andererseits wird eine Beziehung rasch still und lahm, sie stirbt langsam. Auch logisch rationale Lösungen, die die Gegensätze vereinigen sollen, stellen häufig Totgeburten dar. Die Entwicklung eines neuen gemeinsamen Standpunktes ist ein lebendiger Prozess und keine intellektuelle Konstruktion, so vernünftig sie auch im ersten Augenblick erscheinen mag. Die genaue Beobachtung von Partnerschaftssituationen ermöglicht Einblicke in die Dynamik und das Auseinanderfallen von Gegensätzen und ihre Wiedervereinigung. «Im Bett finden wir dann immer wieder zueinander.» Die ursprünglichen Bilder der Einheit von Mann und Frau beziehen sich auf die körperliche Vereinigung. So lange auf der Körperebene eine Vereinigung möglich ist, besteht Hoffnung, dass trotz großer Gegensatzspannungen bei diesem Paar das Gefundene gefunden werden kann, was C. G. Jung ein vereinigendes Symbol genannt hat. Hier sei noch einmal an die im zweiten Kapitel dargestellte symbolische Seite der Sexualität erinnert. Dieses vereinigende Symbol ist nicht nur der sexuelle Akt, sondern für viele Paare auch ihr Kind. Deshalb wird immer wieder versucht, eine von der Auflösung bedrohte Ehe durch Zeugung eines Kindes zu retten. Ein Kind hat für seine Eltern diese symbolische Seite. Seine Existenz drückt ein neues, noch bedrohtes, aber doch zukunftsgerichtetes Leben aus. Es stellt Wachstumskräfte dar und eine schöpferische Neukombination von Arteinheiten. In analytischen Behandlungen können wir es immer wieder beobachten, welche Hoffnung an die Zeugung eines Kindes geknüpft wird, und sei es auch nur in der Phantasie. In Träumen kommen Kinder häufig vor. Sie stellen sowohl die eigene kindliche Seite wie diese neue Hoffnung dar. Gegensätzliche Ziele, einander widersprechende Motive und sich ausschließende Impulse sind die Voraussetzung für Spannung und Konflikt. Beziehung zu einem anderen Menschen aufnehmen heißt zugleich Aufgabe manch eigener Freiheit. Zwischen diesen Gegensatzpolen muss eine Synthese gesucht werden. Jede noch so kleine Handlung des einen erzeugt eine Reaktion im anderen, die auf den Akteur zurückwirkt. Äußert der eine einen bestimmten Wunsch, so befindet sich der andere automatisch in einer Zwangssituation. Er muss so oder so dazu Stellung nehmen, was heftige Gefühlsreaktionen hervorrufen kann. Die Existenz eines Partners bedeutet eine ständige Beeinflussung der eigenen Situation.

{ 151 } Aus der Gegensätzlichkeit entwickelt sich Energie. Im Einzelfall lässt sich diese Energie auch an den Spannungs- oder Krampfstufen der Muskulatur messen. Bei einem verspannten Muskel sind Wirker und Gegenwirker zugleich erregt. Einander entgegenwirkende, aber auch aufeinander abgestimmte Muskelaktivitäten sind gleichzeitig innerviert. Bewegungen sind so nicht mehr möglich, das Organ ist blockiert. Diese Blockierung hat ihren Sinn, so lange der Arm zum Beispiel unter Druck eines Gewichts in einer bestimmten Lage bleiben muss. Muskelspannungen treten aber auch auf, wenn psychische Gegensätze aktiviert sind. Die Impulse zu weinen und das Weinen zu unterdrücken können gleichzeitig spürbar sein. Die Folge sind häufig starke Spannungskopfschmerzen, die sich wieder lösen, wenn das Weinen zugelassen wird. Die Verbindung von Psyche und Muskulatur ist naturgemäß sehr eng. Die Muskulatur ist das Ausdrucks- und Vollzugsorgan der Psyche.

{ 152 } Der Konflikt zwischen dem Wunsch nach Gefühlsausdruck und der Ausdrucksstimmung ist bei vielen Menschen keine nur vorübergehende Situation. Diese Gegensätzlichkeit gehört zur Persönlichkeitsstruktur und wurde durch verschiedene Erziehungseinflüsse bedingt. Die entsprechenden Innervationen sind automatisiert. Ein permanentes Entweder-oder, der Konflikt zwischen Ausdrucksbedürfnis und Ausdrucksverbot ist oft die Ursache muskulärer Verspannung und schmerzhafter Spannungszustände, die eine fachgerechte Behandlung erfordern. Hier zeigt sich aber, dass solche Krampfstufen nur durch eine Lösung des konstellierte Gegensatzproblems aufgehoben werden können. Reine Entspannungstherapie genügt häufig nicht, es sei denn, - sie ist mit einer inneren Arbeit zur Einstellungsänderung verbunden. Unter bestimmten Umständen können sich also gegensätzliche Positionen völlig blockieren. Wir kennen das auch von verschiedenen Behandlungen und Auseinandersetzungen her. Bei der Patt-Situation bewegt sich nichts mehr. Das kann ein Fortschritt sein, wenn in der Ausgangssituation die Gegensätze mit unverminderter Wucht aufeinander geprallt sind und auf diese Weise eine Atempause entstanden ist. Die Bedeutung des Gegensatzprinzips darf für das Verständnis menschlicher Zusammenhänge gar nicht hoch genug eingeschätzt werden. Dass sich Energien aus Gegensätzen gegenseitig aufheben - der Elektrizität vergleichbar - heißt nicht, dass eine Lösung gefunden worden ist. Der scheinbare Ausgleich kann auch in einer Lähmung bestehen. Es ist immer nützlich, bei Lähmungsgefühlen oder dem Eindruck des inneren Stillstands nach den beteiligten psychischen Gegensatzpositionen zu suchen. Angst und Freiheitswunsch, Vorwärtsdrängen und Sicherheitsbedürfnis, Aggressiv- und Liebseinwollen sind einige Beispiele. Der eine Pol des Gegensatzpaares ist in der persönlichen Geschichte wohl immer gefährlich gewesen. Deshalb sollen sein Auftauchen und seine Wirkung verhindert werden. Progressive Wünsche werden abgeblockt. Was als gefährlich erscheint, ist vom familiären und damit sozialen und kulturellen Kontext abhängig. Die Kulturschranken sind im Gegensatzprinzip deshalb mitzudenken. Wenn dann aufgrund der psychischen Abwehr des einen Pols keine Bewegung mehr geschieht und kein entgegengesetztes Gefühl auftaucht, ist das Risiko eines Konflikts vermindert. Es muss für den Betroffenen riskant gewesen sein, sich im Sinne seiner Antriebe und Ziele zu bewegen. Wahrscheinlich wäre er zu

anderen Zielen und Antrieben so entscheidend in Gegensatz geraten, dass sein Organismus, noch vor jeder Ich-Entwicklung, es vorzog, diese vitalen Kräfte zu blockieren. Es gibt vielfältige Selbststeuerungsmechanismen im Organismus, die sich bei jeder Neurose, die immer eine Konfliktlösungsmöglichkeit darstellt, zeigen. Das Abwehrsystem des Ich dient dem Zweck der Suspension der Gegensätze.

Gegensatzstruktur

{153} C. G. Jung hat der Gegensatzstruktur des Menschen und des Lebens überhaupt größte Bedeutung zugemessen. Kein Sein ohne Negation. Nichts existiert, von dem nicht auch der Gegensatz denkbar oder lebbar wäre. Sein Alterswerk «Mysterium coniunctionis» hat JUNG der Gegensatzstruktur gewidmet. Im Untertitel kennzeichnet er es als eine Untersuchung über die Trennung und Zusammensetzung der seelischen Gegensätze in der Alchemie. Dass JUNG hier insbesondere die Alchemie als Beispiel wählte, hat besondere Gründe. Ihm war aufgefallen, dass der Alchemist in einer sehr psychologisch-mythologischen Sprache über seine Experimente berichtete. JUNG sah Parallelen zu seinen klinischen Erfahrungen und verfocht die Hypothese, dass der Experimentator möglicherweise gar nicht so sehr den Stoff und seine chemischen Reaktionen beobachtet, sondern innere psychische Bilder im Stoff wieder findet. Angesichts solcher offensichtlichen Projektionen kam JUNG zu der Auffassung, dass die Darstellung alchemistischer Vorgänge zugleich eine Darstellung unbewusster psychischer Entwicklungen ist. Vielleicht ist dafür bezeichnend, dass die Alchemie hauptsächlich von Ärzten ausgeübt wurde. «Für den Alchemisten stand es fest, dass das <Zentrum>, nämlich das, was wir als Selbst bezeichnen, keinesfalls im Ich-Bewusstsein liegt, sondern außerhalb desselben, zwar schon <in uns>, jedoch nicht <in mente nostra>, sondern vielmehr in dem, was wir unbekannterweise auch noch sind, also in jenem <quid>, das wir nach Dorneus noch zu erkennen haben. (Dorneus war einer der führenden Alchemisten.) Heutzutage nennen wir dies das Unbewusste und unterscheiden dabei persönliches Unbewusstes, welches uns die Erkenntnis des eigenen <Schattens> ermöglicht, und ein unpersönliches Unbewusstes, welches uns das archetypische Symbol des Selbst erkennen lässt. Da diese Anschauung dem Alchemisten noch nicht zugänglich war, so hatte er keine Ahnung von Erkenntnistheorie und musste daher seinen Archetypus in hergebrachter Weise in den Raum hinausverlegen; in diesem Fall also in den Stoff, obschon er fühlte dass das Zentrum paradoxerweise im Menschen und doch zugleich außerhalb desselben liegt.» (10) Die Alchemie ist keineswegs nur in Europa beheimatet und auch nur zum Teil ein Vorläufer der modernen Chemie. Man könnte sie ebenso als einen Vorläufer der Psychologie ansehen. Sie ist ein transkulturelles Phänomen, denn alchemistische Texte sind aus verschiedenen Kulturen bekannt. JUNG hat den chinesischen Text «Das Geheimnis der Goldenen Blüte» ausführlich kommentiert und dabei die Parallele der Bilder des alten Textes zur modernen Psychologie aufgezeigt. (11) Mit dem Titel «Mysterium coniunctionis» beschreibt JUNG auch verdichtet das im vorigen Abschnitt angedeutete Problem der Vereinigung der Gegensätze. Bei der Vielfalt dieser zu beobachtenden Vorgänge können wir annehmen, dass die Vereinigung der Gegensätze und die damit entstehende relative Ganzheit im Interesse des Organismus und des Lebens liegt. Diese Dynamik hat HEGEL als klassisches dialektisches Denkmodell philosophisch dargestellt. These und Antithese stehen einander gegenüber und vereinigen sich zur Synthese, die die Ausgangsthesen einschließt und überschreitet. Die dialektische Sichtweise der Natur und des sozialen beziehungsweise geschichtlichen Geschehens hat sich als sehr fruchtbar erwiesen. C. G. Jung hat auch das in der Psychotherapie beobachtete Geschehen als einen dialektischen Prozess beschrieben. Dabei sind These und Antithese einmal die Systeme Unbewusstes und Bewusstsein, aber auch die Partner der therapeutischen Dyade, der Analysand und der Analytiker. Der Psychotherapeut kann aufgrund seiner Schulung und Erfahrung Standpunkte vertreten oder anregen, die zu den vom Bewusstsein des Patienten eingenommenen Standpunkten im Gegensatz stehen. Hinzu kommt, dass der Patient eigene unbewusste Anteile in der Übertragung auf seinen Therapeuten projiziert. Er findet in dem anderen sein Unbewusstes wieder. Der Therapeut stellt die Gegenthese dar, die sich im Unbewussten des Patienten konstituiert. Auf diese Weise entwickelt sich die lebendige Dynamik, die zur Wandlung führt. Aus den Gegensätzen und den dadurch angeregten Entwicklungsprozessen entfalten sich die neuen Formen der Persönlichkeit. Dieser Prozess muss so lange unterstützt werden, bis eine Form gefunden wurde, die die Lebenskräfte des Patienten in einer neuen und jetzt gemäßeren Weise aufnimmt. Freiheitswille und Bindungswunsch finden sich vereinigt in einer Form der Partnerschaft, die beides leben lässt. Bei Ehepaaren und Familientherapien verkörpern sich die Gegensätze in den beteiligten Personen. «Ich möchte ja, aber ich darf nicht», ist eine der Grundstrukturen kommunikativer Konflikte mit verteilten Rollen. Diese neue Form stellt das jeweilige Ziel einer Psychotherapie dar. Hier ist allerdings zu betonen, dass solche Formen nur relativ sind, bezogen auf den augenblicklichen Entwicklungsstand. Wir können nicht voraussetzen, dass sie für eine längere Lebensperiode ausreichend sind. Stellen wir uns den inneren und äußeren Anforderungen des Lebens, werden wir uns immer wieder in Gegensätze und spannungsreiche Konflikte in «geladenen» Situationen verwickeln. Daraus können sich neue Formen gestalten, die die aktivierten Energien aufnehmen. Dann tritt wieder ein relativer Ruhezustand ein. Um noch einmal auf ein Beispiel aus Partnerschaftskonflikten einzugehen: Der Wunsch einer Frau, nach langen Hausfrauenjahren wieder berufstätig zu werden, bringt sowohl den Ehemann wie sie selbst und die Kinder innerlich und äußerlich in eine neue Situation. Für den Mann kann es schwierig werden, sich mit der Selbständigkeit seiner Frau auseinander zu setzen. Sein Wunsch, von ihr versorgt zu werden und eine Frau zu haben, die vor allem auf seine Ideen und Bedürfnisse eingestellt ist, sieht sich plötzlich einer eigenen Lebensgestaltung der Ehefrau gegenüber. Aus den erwachsenden Spannungen erwacht in beiden der Impuls, etwas zu verändern. Solche Veränderung kann nun in dem Sinne geschehen, dass man Vergangenes festhalten oder um jeden Preis wieder herstellen will. In diesem Falle würde die Frau auf die Berufstätigkeit verzichten.

Aber Mann und Frau können sich auch wandeln und neue Verhaltensweisen entwickeln, die ein Zusammenleben unter Einschluss dieser neuen Impulse der Frau und der Ängste des Mannes ermöglichen. Und dann hätte sich aus These und Antithese eine Synthese gebildet. Für die Kinder bildet eine solche Situation den Anreiz, selbständiger zu werden. Für die Frau kann es besonders schwierig werden, wenn in ihr Regeln und Normen gespeichert sind, die sie in den alten Formen festhalten wollen. Ihr Gewissenskonflikt drückt die Gegensätzlichkeit der Strebungen und Normen {154} aus. Vermutlich hat sie sich schon längere Zeit damit auseinandergesetzt, wie sie die verschiedenen Impulse «unter einen Hut» bringen soll. Diese sprachliche Metapher ist einem vereinigenden Symbol vergleichbar. Wir verwenden sie zur Bezeichnung gegensätzlicher Dinge, die nicht leicht zu verbinden sind. Die Frau muss eine Veränderung ihres Gewissens zulassen oder vornehmen, dabei neue Regeln in sich aufnehmen und neue Normen für sich entwickeln. Solche Prozesse sind mit Ängsten und Unsicherheiten verbunden und ziehen sich oft über Jahre hin. Es erweist sich aber immer wieder, dass neue Formen nur aus dem Auseinandertreten und Bewusstwerden der Gegensätze hervorgehen. Das ist der motivierende und aktivierende Anreiz zum Handeln. Der Satz von JUNG, kein Sein ohne seine Negation, ist eine allgemeine Formel für eine fast unendliche Mannigfaltigkeit von Phänomenen. Es lassen sich, wie eingangs angedeutet, zahllose Gegensätze beschreiben: warm - kalt, hell - dunkel, gut - böse, jung - alt, Materie - Geist, Natur - Kultur, Feuer - Wasser, Gott - Teufel usw. Die vier Himmelsrichtungen stehen im Gegensatz zueinander. Alte Legenden berichten von den vier Winden an den Wänden der vier Himmelsrichtungen, die sich feindlich gegenüberstehen. Hier begegnen wir dem Modell der sich durchkreuzenden Gegensätze, so auch bei den vier Elementen Feuer, Wasser, Luft und Erde, den vier Jahreszeiten und den genannten Himmelsrichtungen. Diese gekreuzte Anordnung der Gegensätze hat Bezug zu dem großen Symbol des Kreuzes, das im Zusammenhang mit der Gegensatzstruktur gesehen werden muss. Weil es sich auf eine solche Grundstruktur der Psyche bezieht, kommt ihm außerordentliche Bedeutung in vielen Kulturen zu. Die Bedeutung des Kreuzes ist keineswegs auf die christliche Kultur beschränkt. Aber Christus am Kreuz vermittelt ein Bild der absoluten Gegensatzspannung zwischen der Sünde des Menschen und der Heiligkeit Gottes. Das Kreuz ist vielleicht der intensivste Ausdruck der Gegensätze in unserer Kultur. Es ist auch ein Bild des existentiellen Ausgespanntseins des Menschen zwischen einem Oben und Unten, zwischen dem Dunklen und dem Hellen, zwischen Himmel und Erde oder zwischen Himmel und Hölle. Ein überheblicher Rationalismus pflegt über solche Bilder zu lächeln. Inzwischen belehren uns aber die apokalyptischen Möglichkeiten der Weltmächte und der Weltgeschichte, dass die Ausdrücke «Himmel und Hölle» nicht schlecht gewählt sind, um das auszudrücken, was mit unserer Erde geschieht oder geschehen kann. Dem Menschen käme in dieser dramatischen Dynamik eine entscheidende Rolle zu. Erkenntnistheoretisch muss die Frage natürlich offen bleiben, ob die Gegensatzstruktur des Lebens und der Natur das Vorgegebene und unsere psychische Struktur die Folge ist oder ob die Gegensatzstruktur ein a priori unseres Erkenntnisapparates ist und wir demzufolge entsprechend verstehen und erklären. Aber ob wir uns für das eine oder das andere entscheiden, die Gegensatzstruktur bleibt gegeben. Unser Ich bedient sich dieses ihm zur Verfügung stehenden Kategoriensystems, um seine Umwelt zu verstehen. Um mit der Gegensatzstruktur theoretisch wie praktisch arbeiten zu können, sind folgende Bestimmungsstücke zu beachten: Die Gegensätze existieren, zu jedem Bestehenden lässt sich sein Gegensatz formulieren. Das ist das formale Element. Aus den Gegensätzen entwickeln sich Energien, es bilden sich Gegenpole, die auseinander und zusammen streben. Das ist das dynamische Moment. Im dynamischen Moment zeigt sich eine Richtungskomponente, denn die Gegensätze streben jeweils eigenen Zielen zu und suchen sich wieder zu vereinigen. Dabei verbinden sich die sich logisch ausschließenden Gegensätze. Häufig kommt noch ein bildhaftes Moment hinzu: Die Pole stellen sich bildhaft als Mann und Frau, als Sonne und Mond, als Körper und Geist, als Wasser und Feuer usw. dar.

{155} Die Vereinigung der Gegensätze wird in Träumen oft durch ein vereinigendes Symbol vorbereitet. Als Beispiel kann der Traum vom Verbündeten dienen, der in Kapitel 2 wiedergegeben wurde. In dem Krokodil vereinigt sich Feindschaft und Freundschaft, Archaisches - uraltes Reptil - und Kultürliches - es war in Stein gehauen -, Mensch und Tier, Instinkt und Ich oder Geist. Eigentlich schließen sich diese Gegensätze aus, weshalb wir nicht gern einem Krokodil in der freien Natur begegnen möchten. Diese schwierige und nur am eigenen lebendigen Symbol verstehbare Thematik soll an einem weiteren Traumbeispiel dargestellt werden, das keines Kommentares bedarf: «Zur Jahresabschlussfeier führte eine Schulklasse (die Kinder waren ca. 12 bis 14 Jahre alt) eine Theateraufführung vor. Ein Junge - er wirkte sehr zart und scheu, musste eine Hexe spielen. Der Lehrer gab ihm einen Stoß, wohl um die <Hexe> zu reizen, aber der Junge fiel beinahe von der Bühne, die wie ein Balkon sehr hoch an einem Haus angebracht war und kein Geländer hatte. Ich dachte, es ist nicht richtig, gerade den zartesten Jungen die Hexe spielen zu lassen. Aber es ging anscheinend gerade darum, in den Kindern durch das Spiel die Fähigkeiten zu fördern, die sie nicht hatten.» Die Begegnung mit dem Gegensatz ist nicht ungefährlich. Deshalb ist es wichtig, den vom Unbewussten angezeigten Zeitpunkt zu beachten. Möglicherweise ist der Lehrer in diesem Fall etwas zu aktiv und die Situation für den Betreffenden noch zu gefährlich. Das kommt im Bild der Bühne und des Balkons zum Ausdrucks.

{156} Das Gegensatzmodell gehört zu den wesentlichen Grundlagen der analytischen Psychologie. Das von ihr vertretene Krankheitsverständnis und der Versuch, menschliche Entwicklung und Kreativität, Entfaltung und Erweiterung des Bewusstseins und die Lösung bestehender Konflikte zu verstehen, bezieht sich auf dieses Modell. Deshalb begreift sich die analytische Psychologie als eine dialektische Psychologie. Die davon abgeleitete Psychotherapie ist demzufolge ein dialektisches Verfahren. Gemeint ist damit eine energetische Konstellation von Gegensätzen, die im Gespräch oder in der Auseinandersetzung zwischen zwei Personen stattfindet. «Eine Person ist ein psychisches System, welches im Falle der Einwirkung auf eine Person mit einem anderen psychischen System in

Wechselwirkung tritt. Diese vielleicht modernste Formulierung des psychotherapeutischen Verhältnisses von Arzt und Patient hat sich, wie ersichtlich, weit entfernt von der anfänglichen Meinung, dass die Psychotherapie eine Methode sei, die irgend jemand zur Erreichung eines gewollten Effekts in stereotyper Weise anwenden könne.» (12) Am Rande sei bemerkt, dass JUNG diese Gedanken zur Dialektik schon 1935 formulierte. Die grundlegende Bedeutung eines dialektischen Verständnisses des psychotherapeutischen Prozesses dürfte inzwischen außer Zweifel stehen. Die von JUNG zur Begründung mit herangezogene systematische Sichtweise gilt aber als ganz modern. Dabei wird in der Regel vergessen, dass schon für FREUD und JUNG der Gesichtspunkt einer Kommunikation verschiedenster Systeme, sowohl intrapsychisch als interaktionell, selbstverständlich war.

{157} C. G. Jung hat das dialektische Modell auch für die Dynamik von Übertragung und Gegenübertragung in der Arzt-Patienten-Beziehung ausgearbeitet. Dabei stützt er sich nicht nur auf moderne klinische Erfahrungen, sondern auch auf alte Dokumente der geistigen Entwicklung des Menschen. Auf seine Schrift über die Psychologie der Übertragung kann hier nur verwiesen werden. Dabei ist weniger interessant, dass auch C. G. Jung eine ausführliche Arbeit zur Übertragung geschrieben hat, zumal er sich in vielen Zusammenhängen voller Respekt auf die Forschungsarbeiten FREUD'S und der Psychoanalyse stützt, sondern dass er dieses moderne therapeutische Konzept methodisch auf eine grundlegend bedeutsame Weise absichert. In seiner wissenschaftlichen Arbeit greift JUNG zur Begründung moderner Denkansätze nicht nur auf zeitgenössisches Material zurück, was aus Kliniken und mit Hilfe von Statistiken relativ leicht beizubringen ist. Er versucht, moderne wissenschaftliche Hypothesen mit Selbstzeugnissen der Menschheit aus verschiedenen Kulturen zu sichern. Dabei ist von Vorteil, dass es sich hier um objektives Material in dem Sinne handelt, dass es nicht zu diesem Zwecke geschaffen wurde. Insofern ist es theoriefrei, denn es entstand vor aller psychologischen Theorie. Allerdings ist unsere Verwendung dieses Materials dann wieder theoriegeleitet. JUNG möchte gewiss sein, dass wir uns bei der verantwortlichen Arbeit mit Patienten nicht nur auf wissenschaftliche und modische therapeutische Eintagsfliegen stützen. Methodik ist nicht nur eine Frage der wissenschaftlichen Redlichkeit und Wahrheitsliebe, sie ist auch eine Frage der Ethik und Verantwortung. In dem Kapitel über die Kulturschranken war bereits davon die Rede, wie gefährlich es sein kann, wenn wir uns von der Kontinuität unserer geistigen Entwicklung entfernen. Das gilt auch für die Wissenschaft, die sich eben nicht im luftleeren Raum bewegt. Was Wissenschaftler heute ausdenken und experimentell belegen, wird morgen konkrete Realität, entweder in wirtschaftlicher, sozialer oder waffentechnischer Hinsicht.

{158} Dieser von C. G. Jung entwickelten wissenschaftlichen Methodik entsprechend beziehe ich mich im folgenden abschließend auf eine Passage aus dieser Arbeit, um daran das Gegensatzprinzip und die mit ihm zusammenhängende Dynamik darzustellen. «Dieser Aufbau (C. G. Jung bezieht sich auf einen alten alchemistischen Text, der Verf.) zeigt die schon den Griechen bekannte Tetramerie (Vierteiligkeit) des Wandlungsprozesses. Er beginnt mit den getrennten vier Elementen (Zustand des Chaos), schreitet aufwärts zu den drei Erscheinungsweisen des Merkurius in der anorganischen, organischen und seelischen Welt (Zustand des Heraufkommens), erreicht dann die Form von Sol und Luna - einesteils der edlen Metalle Gold und Silber, anderenteils die Lichtnatur der Götter, welche durch die Filia (Liebe) das Neikos (Hass der Elemente) zu überwinden vermögen - und schließlich die eine und unteilbare (inkorruptible, ätherische, ewige) Natur der Anima, der quinta essentia, der aqua permanens, der Tinktura oder des Lapis philosophorum. » (13) Die in bildhafter und konzentrierter Form dargestellten Stufen des Entwicklungsprozesses entsprechen dem Grundtyp der seelischen Wandlungsvorgänge, die sich bei einer analytischen Psychotherapie beobachten lassen.

Energie und Kraft

{159} In den vorausgegangenen Abschnitten hatte ich mehrfach auf die Beziehungen zwischen Energie und Gegensatzstruktur hingewiesen. In der Tiefenpsychologie hat die Frage der psychischen Energie immer eine große Rolle gespielt. C. G. Jung war einer der ersten, der diesem Thema eine systematische Abhandlung gewidmet hat. Sie erschien 1928 als psychologische Abhandlung mit dem Titel «Über die Energetik der Seele» und behandelt so wichtige und auch heute noch unverzichtbare Begriffe wie Progression und Regression, Extraversion und Introversion wie auch die Verlagerung der Libido, das heißt «ein Verlegen psychischer Intensitäten oder Werte von einem Inhalt auf einen anderen». (14) Der energetische Gesichtspunkt ist mit der Frage der Dynamik der Psyche oder der Psychodynamik eng gekoppelt. Die Theorie einer Psychodynamik ist ein unterscheidendes Kennzeichen der Tiefenpsychologie bezogen auf andere Richtungen der Psychotherapie. C. G. Jung betrachtet die Psyche als ein relativ geschlossenes energetisches System. (15) Ich möchte das Thema der Energie weniger aus theoretischen Gründen noch einmal hervorheben, sondern weil der Umgang mit der persönlichen Energie in der psychotherapeutischen Sprechstunde wie in der Leistungsgesellschaft eine wichtige Rolle spielt. Ich denke hier nicht an Energie, wie sie durch die Stichworte Öl, Kernenergie oder Sonnenenergie umschrieben sind, sondern an die psychische Energie, die der einzelne Mensch spürt oder vermisst. Folgende häufig geäußerte Symptome, die natürlich auch mit anderen psychischen Faktoren zusammenhängen, beziehen sich darauf: Resignation, Ermüdungserscheinungen, allgemeine Schlappeheit und Lustlosigkeit, Mangel an Lebens- und Arbeitsfreude, Hoffnungslosigkeit, Zustände der Übererregung, der ständigen Anspannung und Verkrampfung, häufig verbunden mit Schmerzgefühlen. Hinzu kommen verschiedene vegetative Funktionsstörungen, die ärztlicherseits mit vegetativer Dystonie diagnostiziert werden. Diese Funktionsstörungen zeigen an, dass der freie Fluss der Energie im Organismus blockiert ist. Das führt zu einem Energiestau, der als «innerer Druck», «Geladensein» usw. beschrieben wird. Auf der psychischen Seite bezeichnen wir dies als Abwehrsystem des

Ich. Hier ist vor allem zu bedenken, dass die Energie aus dem Gefalle der Gegensätze entsteht. Schon das Kleinkind beginnt zu schreien, wenn es in sich den Gegensatz zwischen Sattsein und Hunger zu spüren beginnt und sein Organismus sich in Richtung auf einen Mangelzustand bewegt. Die Polaritäten Mangel - Befriedigung oder Unbefriedigtsein - Befriedigtsein, in letzter Konsequenz die Spannung zwischen Todesgefahr und Leben, sind als Energiequelle bei vielen Lebensprozessen zu vermuten. Innerhalb dieser Gegensätze entwickelt sich die Kraft, das Leben aufrechtzuerhalten. Forscht man beim einzelnen Patienten im Laufe eines Gesprächs näher nach, wann und wie sich seine Lähmungs- oder Erschöpfungsgefühle entwickelt haben, so zeigen sich bald die damit verbundenen Konflikte. Der Patient deutet zum Beispiel an, dass er gern seine Stelle wechseln würde, aber in seinem Alter keine neue Arbeit finden könne. Er will das eine und muss das andere. Dieser Konflikt ist schwer auszuhalten. Die intensive Spannung, die sich auch bei scheinbarer Tatenlosigkeit des Organismus zeigen kann, ist eine der Ursachen für Verschleißerscheinungen trotz scheinbarer äußerer Bewegungslosigkeit und Schläffheit. Gerade solche Patienten verstehen sich selbst nicht mehr: den ganzen Tag tun sie wenig oder nichts und sind abends trotzdem todmüde. Das gilt besonders für viele Hausfrauen, die mit ihrer Tätigkeit einfach nicht ausgefüllt sind. Die Energie beginnt erst dann wieder zu fließen, wenn die gegensätzlichen Positionen bewusst gemacht werden. Das ist ein anstrengender und vielleicht belastender Konflikt. Aber das Aushalten eines solchen Konfliktes ist der Gesundheit förderlicher als seine ständige Verdrängung. Die natürliche Lebensenergie kehrt in dem Maße zurück, als wir uns auf die mit ihr verbundenen und im Augenblick aktivierten gegensätzlichen Pole besinnen. Dazu brauchen wir manchmal den ermutigenden Schutz eines Begleiters. Dieser ist leider im Partner oder bei den Eltern selten zu finden, weil diese meist in die Gegensätze und die damit verbundenen Befürchtungen ihrerseits verwickelt sind. Andererseits kann nicht verleugnet werden, dass zur Wiederbelebung dieser Gegensätze Risikofreudigkeit gehört. Diese Risikofreudigkeit ist aber gut begründet. Alle Erfahrungen zeigen, dass dem Organismus das energetische Fließen nach vorn, die Progression, einwohnt. Ob man sich auf der Körperebene für dieses Fließen der Energie sensibilisiert oder dem «Strom der Gedanken» folgt, seine Phantasien und Gefühle zulässt und beachtet, immer zeigt sich ein belebender Effekt. Plötzlich erscheinen wieder Ziele, die Hoffnung erwacht von neuem, und die Resignation beginnt zu schwinden. Natürlich aktivieren sich auch Gegenstimmen, die mich von der Unmöglichkeit meiner Gedanken oder Phantasien überzeugen wollen. Darin zeigt sich wieder die Gegensatzstruktur und der damit verbundene Appell an das Ich, zu handeln. Wieder zu spüren, dass sich meine Organe bewegen wollen, und gleichzeitig die Richtung dieser Bewegung wahrzunehmen, ist ein energetisches Erlebnis. «Eigentlich möchte ich jetzt einfach einmal loslaufen, ohne Ziel.» Was hindert uns eigentlich, solchen Impulsen zu folgen? Sie haben nichts mit Moral oder der Verletzung ethischer Grundsätze zu tun. Es sei denn, ich frage mich sofort, was meine Angehörigen sagen werden, wenn ich einfach so loslaufe. Damit bewege ich mich im Gegensatzfeld der persönlichen Spontaneität und der von einer verinnerlichten elterlichen Norminstanz zu gebenden Erlaubnis. Fast jede Alltagssituation kann in solche gegensätzliche Positionen übertragen werden, entsprechend ist aus ihr energetisches Potential zu gewinnen. Damit sind wir ständig von einer Fülle schöpferischer Lebensmöglichkeiten umgeben, auch wenn diese nur in kleinen und alltäglichen Handlungen bestehen mögen.

Abwehr

{ 160 } Konflikte, in denen unvereinbare Gegensätze aufeinander stoßen, gehören zu den kennzeichnenden Faktoren, die Verhaltensstörungen verursachen. Da ist beispielsweise der Wunsch des kleinen Jungen mit seinem Genitale zu spielen, und die Drohung der Eltern, dieses Organ abzuschneiden, wenn sie seine Hände noch einmal dort bemerkten. Die Gegensatzspannung zwischen solchen Konfliktpolen löst hochgradige Angst aus und erzwingt geeignete Mechanismen, den Konfliktpol nicht mehr wahrzunehmen und aus dem Erleben zu verdrängen. Der Junge wird sich sicher dafür entscheiden, seine sexuellen Impulse nicht mehr wahrzunehmen, sein Glied nicht mehr zu berühren und damit die Drohung der Eltern aufzuheben. Dies ist der theoretische Ansatz der von der Psychoanalyse und besonders von Anna FREUD entwickelten Abwehrlehre, die die klinisch beobachteten Tatbestände theoretisch beschreibt. (16) Für eine Erkrankung ist es somit nicht allein entscheidend, dass ein solcher Konflikt vorliegt. Der Konflikt ist eine notwendige, wenn auch allein noch nicht hinreichende Voraussetzung dafür. Er könnte auch zum Ausgangspunkt einer schöpferischen Lösung dieser Lebenssituation werden. Einzuzuräumen ist hier, dass einem Kind dafür wenig Möglichkeiten zur Verfügung stehen, wenn die Haltung der Eltern sehr streng und starr ist. Zum Konflikt gehören Angst und Schmerz, aber auch die natürliche Schmerz- und Unlustvermeidungstendenz des Organismus. Sie findet sich bei allen Lebewesen und wird in der Erziehung entsprechend genutzt. Was konflikthaft erlebt wird, ist von Mensch zu Mensch, von Familie zu Familie und von Kultur zu Kultur verschieden. Welche Pole eines bestimmten Gegensatzpaares besonders angstausslösend wirken, variiert ebenfalls stark. Das können alltägliche Haltungen wie das Krumm- oder Geradesitzen ebenso sein wie die Freude am Essen. Zu Sigmund FREUD's Zeiten war es der Gesamtbereich der sexuellen Strebungen des Menschen, der in besonderer Weise mit einem Tabu belegt und dadurch zum Konfliktherd wurde. Demzufolge erkannte die Psychotherapie die große Bedeutung der vom Mitleben ausgeschlossenen Verhaltens- und Antriebskomponenten für das Entstehen krankhafter Abweichungen zunächst am sexuellen Geschehen. Im Zuge weiterer Forschungen ist es dann gelungen, auch andere Bedürfnisbereiche des Menschen daraufhin zu untersuchen. So wissen wir heute, dass das schon sehr früh einsetzende Bedürfnis nach Anlehnung oder Zärtlichkeit, nach Geborgenheit oder vertrauensvoller Innigkeit mit der Mutter ebenso mit Angst und Schmerz besetzt werden kann wie die späteren Bedürfnisse der Durchsetzung und Selbstbehauptung, der persönlichen

Darstellung oder des Sichzeigens, der Freude am eigenen Erfolg und des Wissens um die eigene Stärke. C. G. Jung hat besonders auf die Bedeutung des Bedürfnisses hingewiesen, im Leben einen Sinn zu finden oder seinem Leben einen Sinn zu geben, wie auch auf das Bedürfnis nach Selbstgestaltung und Individuation. Letzteres ist eng mit einer Tendenz zur Ganzwerdung der menschlichen Persönlichkeit verknüpft, die auf eine Überwindung der in Konfliktpaare zerfallenden Person und auf eine mögliche Vollständigkeit menschlichen Erlebens zielt.

{ 161 } Der Mensch ist damit in einer äußerst schwierigen Situation: Was zu seiner Ganzheit gehört, muss er manchmal aus moralischen und damit verbundenen Angstgründen abwehren und verdrängen. Die unvermeidlich zum Leben gehörenden Konflikte regen dann nicht weiteres Wachstum an, sondern werden zur Quelle des Zwiespalts, der Entzweiung mit sich selbst und schließlich der Dissoziation der psychischen Systeme, die für die Neurose charakteristisch ist. Der Zerfall des Menschen mit sich selbst gehört zum Wesen der neurotischen Entwicklungen. Dem Bewusstsein steht dann nur noch ein sehr begrenztes Lebens- und Erlebensinventar zur Verfügung. Da Konflikte immer mit Angst, Schuld und moralischer Verurteilung verbunden sind, und im aktuellen Konfliktfall erlebt wird, wie bestimmte Seiten des Lebens keinesfalls akzeptabel sind, entwickeln viele Menschen eine ausgesprochene Konfliktvermeidungstendenz. Indem sie sich dann überhaupt nicht mehr in das Spannungsfeld der Gegensätze begeben, berauben sie sich auch der Energien und ihrer weiteren Entwicklungsmöglichkeiten. Die pathologischen Folgen zeigen, wie gefährlich es sein kann, mit Konflikten so umzugehen, dass immer der eine der beiden Konfliktpole dem moralischen Urteil und damit der Verdrängung verfällt. Das Gegensatzpaar Gut - Böse scheint eine überragende Bedeutung zu haben. Hinzu kommt der Zwang in unserer Kultur, um jeden Preis gut sein zu müssen. Wo bleibt das Böse? Muss es da nicht immer auf Menschen jenseits der Grenze projiziert werden?

{ 162 } Ein wesentlicher Teil der psychotherapeutischen Arbeit besteht darin, den Patienten wieder konfliktfähig zu machen. Er muss lernen, das eine und das andere in seiner Seele relativ angstfrei wahrzunehmen und so lange auszuhalten, bis er sich für eine ihm erträgliche und mögliche Lösung dieses Konflikts entscheiden kann. Er muss auch lernen, dass die verschiedensten Triebregungen,

{ 163 } Ideen oder Phantasien an sich weder gut noch böse sind, sondern zunächst einfach Lebensäußerungen seines Organismus, die ihm Information über das vermitteln, was für sein Leben und seine Entwicklung wichtig sein kann. Wir verfügen über ein handlungs-, entscheidungs- und orientierungsfähiges Ich, das zwischen diesen, nicht immer leicht überschaubaren inneren Zuständen und der Außenwelt vermitteln kann. Aber auch das Ich ist oft überfordert. Deshalb ist es auf Hinweise vom Unbewussten angewiesen, wie sie beispielsweise im schon erwähnten vereinigenden Symbol erscheinen.

{ 164 } Trotz allem ist festzuhalten, dass die Abwehr unter den gegebenen Lebensbedingungen eine wichtige Funktion zu erfüllen hat. Der Organismus wäre überfordert, verfügte er nicht über diese Möglichkeit, ihn bedrängende Konfliktpole auszuschließen. Von der Psychoanalyse sind verschiedene solcher Abwehrmechanismen beschrieben worden. Ich kann die Existenz eines bestimmten Gefühls oder Triebes in mir einfach verleugnen: ich habe meine Mutter nie gehasst, ich habe an Gott nie gezweifelt. Ich kann meine eigenen Wünsche auf andere Menschen projizieren und sagen, dass nicht ich, sondern der böse Nachbar den Streit angefangen habe. Vielen Menschen ist es unmöglich, sich selbst «böse Impulse» zuzugestehen, ohne zugleich von Angst und Schuldgefühlen überwältigt zu werden. Bei solcher Schreibweise entsteht leicht der Eindruck, als machte ich meine Projektionen bewusst. Ganz im Gegenteil: ich finde Inhalte meiner Psyche in der Außenwelt vor, als gehörten sie nur dort hin. Der Prozess des Hinausverlegens oder der Wahrnehmung des Entsprechenden beim anderen verläuft völlig unbewusst. Erst nach gewissen Einsichten, dass es sich um abgewehrte Inhalte meiner Psyche handelt, kann eigentlich von Projektion gesprochen werden. Projektion ist ein hypothetischer Begriff. In solchen und vielen anderen Situationen ist die Abwehr zunächst lebenswichtig. Mit ihr ist eine Lösung gefunden, die nur relativ zur augenblicklichen, vielleicht unmöglichen Lebenssituation ist. Es bleibt ein Stück Lebensmöglichkeit erhalten, aber die grundsätzliche Entfaltungstendenz, die im Konflikt und in den Gegensätzen liegt, wird dabei aufs Spiel gesetzt. Das führt zu der Erstarrung, die bei vielen neurotischen Haltungen zu beobachten ist. Was vor vielen Jahren vielleicht eine Lösung darstellte, wird später zum Gefängnis. Die einmal gefundene Form kann nicht auf Dauer erhalten bleiben, ohne die Lebensfähigkeit und das spontane Reagieren des Organismus zu gefährden. Spontane Reaktionen sind aber notwendig, um sich an die verschiedenen, sich ständig wandelnden Lebensverhältnisse anpassen zu können. Hier ergibt sich nochmals der schon mehrfach gezogene Schluss: das Bleiben in den Gegensätzen, die Rückkehr zur Spannung der Gegensätze, das Sichbewegen im Feld der verschiedensten Konfliktpole ist Voraussetzung für die Erhaltung der Entwicklungs- und Anpassungsfähigkeit des Organismus. Die Analyse der Träume und der Phantasien wie auch der Malereien- aus dem Unbewussten zeigen, dass das Unbewusste an einer Überwindung solcher Einseitigkeiten interessiert ist. In kompensatorischer Form erscheinen in den Träumen gerade jene Persönlichkeitsanteile, die vom Ich nicht mehr wahrgenommen und anerkannt werden. So sollte der zarte Junge in dem angeführten Traumbeispiel die Rolle der Hexe übernehmen. Diese immer wieder gemachten Beobachtungen erhärten die Bedeutung des Gegensatzprinzips wie auch der kompensatorischen regulierenden Funktion des Unbewussten.

Paradoxes Gottesbild

{ 165 } Wir haben die Neigung, unser Verhalten an höchsten Werten auszurichten. Wenn der höchste Wert selbst eine innere Antinomie aufweist, wird diese Orientierung sehr erschwert. C. G. Jung verdanken wir weitreichende Überlegungen zu einer Paradoxie des Gottesbildes, die wir häufig nicht einmal zu denken wagen. Wir lernen, dass Gott

Liebe ist. Im Alten wie im Neuen Testament begegnen wir darüber hinaus aber auch dem Richter und dem strafenden Gott. Extreme Gegensätze scheinen sich in Gottes Natur zu verbinden. Damit fertig zu werden, ist eine für den Menschen schwer zu lösende Aufgabe. Andererseits sind auch die Folgen nicht absehbar, wenn Gott so dunkle und so helle Seiten gleichzeitig aufweist. C. G. Jung hat sich mit diesen komplizierten Fragen ausführlich und leidenschaftlich beschäftigt und erst in hohem Alter zusammenfassend mit seiner «Antwort auf Hiob» dazu Stellung genommen. «Ich bin selber nicht ohne Grund 76 Jahre alt geworden, bis ich mich daran gewagt habe, mir wirkliche Rechenschaft über die Natur jener <Obervorstellungen> abzulegen, welche unser, für das praktische Leben so unendlich wichtiges, ethisches Verhalten entscheiden. Sie sind in letzter Linie die Prinzipien, die laut oder leise die moralischen Entscheidungen, von denen das Wohl und Wehe unserer Existenz abhängt, determinieren. Alle diese Dominanten gipfeln im positiven oder negativen Gottesbegriff.» (17) Wie soll ich mich als Mensch entscheiden, wenn Gott zu so gegensätzlichen Haltungen fähig ist? Das Buch «Hiob» stellt uns immer wieder mit unverminderter Wucht vor diese schwierige Frage. Andererseits: Wenn die dunkle Seite in unserem Gottesbild so offenbar ist, müssen wir uns auch mit der dunklen Seite unserer Menschlichkeit und ihrer offensichtlichen Notwendigkeit auseinandersetzen und anfreunden. Ich sage bewusst «anfreunden», weil es dem Stil unserer Erziehung entspricht, der dunklen Seite nur mit Feindseligkeit, Verurteilung, Abwehr und Verdrängung zu begegnen. Wir wissen heute, dass wir dem Gegensatzprinzip nicht entfliehen können. «Dem Präjudiz des Menschseins entgeht keiner.» (18) Wenn wir glauben, durch Identifikation mit lichten und hohen Idealen das Dunkle ausschalten zu können, unterliegen wir einer schwerwiegenden Selbsttäuschung. Ebenso wenig wie wir andere Bereiche der Natur einfach ausrotten oder verleugnen können, sind wir auch auf eine Auseinandersetzung mit dem Bösen nicht nur um uns, sondern vor allem in uns angewiesen. Der bisher gewiesene Weg der Ablehnung und Verdrängung des Bösen hat in eine Sackgasse und zu einer ungeheuren Dynamisierung des Bösen geführt. Das gilt nicht nur für den sozialen Bereich, dass intensive Feindschaft auf der einen Seite eine hasserfüllte Beziehung auf der anderen Seite hervorruft. Aus der klinischen Erfahrung wissen wir, dass alles, was wir in uns selbst ablehnen, uns im Außen begegnet, weil es projiziert wird. Wir stellen immer wieder Ähnlichkeiten fest zwischen dem, was in uns, aber verdrängt ist, und dem, was uns von außen entgegentritt. Aufgrund der uns vermittelten Normen ist die Angst vor dem Bösen so groß, dass wir das Böse um jeden Preis bei uns verleugnen müssen.

{ 166 } Kriegerische Auseinandersetzungen haben es ebenfalls mit solchen Konflikten zu tun: nur der Feind hat die bösen Absichten, er will erobern und vernichten, er quält Gefangene und verhält sich brutal. Dann scheint es nur ein gutes Recht zu sein, dass auf der anderen Seite ebenfalls gerüstet und ein großer Teil des Volkseinkommens für Waffenkäufe und Waffenentwicklung ausgegeben wird. Je stärker das einzelne Individuum wird, diese Gegensatzspannung in der eigenen Seele zu sehen und auszuhalten, um so geringer wird die Wahrscheinlichkeit, dass wir dem anderen das Böse anlasten. Wenn ich mein eigenes Gutsein nur darauf aufbauen kann, dass ich dem anderen das Böse buchstäblich andichte, so ist dann dieses Gutsein wiederum als in sich vertretbar zu bezeichnen? Das ist gerade die Paradoxie: wenn ich um jeden Preis gut sein will, indem ich das Böse in mir verdränge, aktivieren sich entsprechende Abwehrmechanismen, die den anderen zum Bösen machen. Ist das gut? Für Paradoxien gibt es keine Lösungen, man muss sie aushalten. Das Aushalten solcher Paradoxien ist nicht nur für den Psychotherapeutenberuf eine wichtige Voraussetzung, es dürfte als Ziel der psychischen Entwicklung des einzelnen Menschen ebenfalls gelten. Wahrscheinlich kann man das Es nicht zum ICH machen, wie FREUD es in dem berühmten Satz «Wo Es war, soll ICH werden» formulierte, sondern man muss dem ICH so viel Stärke verleihen, dass es die Gegensätze des Lebens und der psychischen Systeme aushält. Vielleicht hat FREUD auch gemeint, dass ein starkes ICH dem Es so nahe sein muss, dass es dessen gegensätzliche Triebnatur erträgt. Indem der Mensch auf diese Weise auch an dem göttlichen Gegensatz teilhat, ist ihm eine ungeheure Verantwortung übertragen. Er kann sicher nicht mehr blind und unbewusst bleiben und muss sich dieser Paradoxie von gut und böse stellen.

Hinweise für den Therapeuten

{ 167 } Die Grundlage der analytisch-psychotherapeutischen Arbeit ist ein psychodynamisches Modell. Dabei wird die Psyche als eine Vielzahl energetischer Systeme verstanden, die zueinander in Beziehung stehen. Die Arten dieser Beziehungen entscheiden über Blockierung, Erkrankung und Entwicklung des psychischen Systems. Wir verfügen mit der Annahme von Triebanteilen und Bedürfnissen über verschiedene Ansätze, die die Spezifizierung der Lebensenergie erklären können. Die von FREUD entwickelte Phasenlehre der Libidoent-

{ 168 } wicklung ist nach wie vor eine Grundlage des Verständnisses der kindlichen Entwicklung wie der Entwicklungsstörungen. Störungen in der frühoralen Phase oder Störungen im narzisstischen (Selbstwert-) System führen zu schwer wiegenden Fixierungen an frühkindliche Verhaltensweisen. Der Organismus versucht dann in ständigen, schon fast blinden Wiederholungen das nachzuholen, was den Mangel ausmacht. Die Suche nach Geborgenheit und Anlehnung, nach Hilfe und Stütze kann pathologisch so dominant werden, dass sie in der Umgebung die gegenteiligen Reaktionen auslöst und damit eine ständige Frustration bedingt. Es wird immer zum Rüstzeug des psychotherapeutischen Handelns gehören, in diesen energetischen Gegensatzkomponenten zu denken.

{ 169 } Unabhängig von diesen spezifischen dynamischen Faktoren ist die Psyche generell als energetisches System zu reflektieren. Von C. G. JUNG stammt der charakteristische Satz «Stillstand des Lebens ist gleichbedeutend mit Neurose». (19) Er erklärt sich das damit, dass infolge des Stillstandes der Entwicklung die psychischen Energien nicht genutzt werden und nach allen Richtungen überfließen, sowohl in physiologischer (Sympathicus- und Parasympathicus-Innervation) wie in psychologischer Richtung (regressives Wiederbeleben früherer Verhaltensweisen). Wir gehen hier

von dem plausiblen Konstrukt aus, dass nur im kontinuierlichen Weiterfließen der Progression der Libido, entsprechend der Energieproduktion des Organismus, durchaus sinnvoll unterbrochen durch regressive Phasen, die Gesundheit des Lebensprozesses gewährleistet ist. Theoretisch eng verknüpft mit diesem energetischen Ansatz ist das Gegensatzprinzip. Gegensätzliche Positionen ermöglichen der Libido das Gefälle, dem Energiestrom den Fluss. Die Anbindung der Energie an gegensätzliche Pole scheint ein zwangsläufiger Prozess des Naturgeschehens zu sein. Für einen Patienten kann es außerordentlich hilfreich werden, gelegentlich - selbstverständlich zur rechten Zeit und in der rechten Sprachform - von diesen theoretischen Voraussetzungen einiges zu erfahren. Es wirkt angstmindernd. Wir dürfen nicht unterschätzen, dass aufgrund der bestehenden Über-Ich- und Gewissensstrukturen die allergrößten Ängste und Vorbehalte gegenüber diesen bewusst werdenden Gegensätzen und dem damit verbundenen erneuten Fließen der Energien bestehen.

{170} Hier sei noch einmal an die Paradoxie des Gottesbildes erinnert. Auch der Patient muss es nicht nur schuldhaft verarbeiten, dass in seinem Leben diese, manchmal extremen Gegensatzpositionen, die mit entsprechend moralischen Konflikten verbunden sind, aktiviert werden. Allein das zu wissen, kann eine große Entlastung bedeuten. Aufgrund nicht bekannter Faktoren wird der Mensch auf diese Weise mit einer Hypothek belastet, die innerhalb des höchsten Wertes, des Gottesbildes, auch noch nicht gelöst ist. Wie sollte der einzelne dann in der Lage sein, diese Paradoxie in seinem Leben auszugleichen? Ist die Neurose vielleicht immer in dieser Paradoxie mitbegründet? Wir sollten es dem Patienten nicht vorenthalten, über diese Gedankengänge zu sprechen. Hinzu kommt, dass ein Therapeut infolge seiner Lehranalyse, noch mehr aber infolge seines «Tributes ans Leben», selbst in der Lage sein muss, mit den Gegensätzen einigermaßen umzugehen und die darin enthaltenen logischen Paradoxien auszuhalten. Es geht nicht um Ausschluss, sondern um Gleichzeitigkeit der gegensätzlichen Positionen. JUNG hat das als ein Nacheinander und ein Nebeneinander bezeichnet: «In der Regel ist es allerdings zunächst ein Nacheinander: ein Guter verfällt dem Bösen, und ein Böser bekehrt sich zum Guten, womit für eine anspruchslosere Auffassung der Fall erledigt ist. Ein feineres moralisches Empfinden oder eine tiefere Einsicht kann es nicht leugnen, dass dieses anscheinende Nacheinander in Wirklichkeit ein Nebeneinander ist..., das Nacheinander ist eine erträgliche Vorstufe zur tieferen Erkenntnis des Nebeneinander, welches letzteres den Nachteil hat, ein ungleich schwierigeres Problem zu sein als ersteres. Wiederum leichter erträglich ist dabei die Anschauung, dass gut und böse zwei geistige, aber äußere Mächte sind, in deren Zweikampf der Mensch sich verwickelt findet, schwieriger dagegen die Einsicht, dass die Gegensätze unausrottbar und unerlässliche Bedingung unseres seelischen Lebens überhaupt sind. Und zwar dermaßen, dass Existenz und Leben an sich schon Schuld bedeuten.» (20) Im Hinblick auf die therapeutische Technik gehört ein intuitives Gespür für diese energetischen Prozesse dazu. Es zeigt sich immer wieder, dass der Therapeut, der sein Leben als einen energetischen Wandlungsprozess, auch in symbolischer Form, begreifen kann, auch das Gespür für entsprechende Konstellationen bei seinem Patienten hat. Eine ausschließende Konzentration auf Bilder und Inhalte lässt wesentliche energetische Aspekte unberücksichtigt. Der Hinweis, dass Neues wachsen will, dass die Seele Schritt für Schritt ihr Ziel sucht, dass das Ich ein denkendes und wahrnehmendes Organ ist, das diese Impulse auffangen, bedenken und verwirklichen muss, sollte in den Therapien immer wieder gegeben werden.

Für den Betroffenen

{171} Gegensätze bedingen Konflikte. Das kennt man aus der persönlichen Lebenserfahrung sehr genau. Schmerzerlebnisse sind damit verbunden gewesen, häufig erfolgten Strafen, wenn der Standpunkt der Kinder im Gegensatz zum Standpunkt des Lehrers oder der Eltern stand. Die Situation ist deshalb schwierig, weil offensichtlich zwei Dinge von uns verlangt werden: Wir sollen uns den Lebenskonflikten stellen und sie nicht verdrängen; zum anderen möchten wir Schmerz und Unlust möglichst vermeiden. Diese beiden Prinzipien schließen sich aus, obwohl sie, jedes für sich genommen, ihren Sinn haben. Wir müssen also die Anstrengung auf uns nehmen, Schmerz und Not bisweilen zu ertragen und auf die starke Tendenz des Organismus, Schmerz, Angst und Unlust um jeden Preis zu vermeiden, verzichten. Vielleicht ist es deshalb immer ein Anliegen der Erziehung gewesen, zu lehren, Schmerzen und Entbehrungen zu ertragen. Schon die Einweihungsriten primitiver Stämme betonen das Durchhalten in Angst- und Schmerzsituationen. Die Mutproben mancher Jugendgruppen setzen diese Tradition fort.

{172} Wer von einer neurotischen Erkrankung betroffen ist oder beeinträchtigende Störungen seines Lebensablaufes spürt, kann davon ausgehen, dass er entscheidenden Gegensatzpositionen ausweichen musste und ihnen heute noch unbewusst ausweicht. Wir könnten uns mancher Auseinandersetzung stellen, wenn wir uns die damit verbundenen Unliebsamkeiten zumuten würden. Psychotherapeutische Sitzungen befassen sich häufig so lange mit banalen Alltagskonflikten, bis der Betroffene sich entscheiden kann, einen Schritt zu wagen oder das für ihn mutige und erlösende Wort zu sagen. Damit stellt er sich vielleicht zum ersten Mal in eine gegensätzliche Position zu der Auffassung anderer Menschen, die ja auch in irgendeiner Form in ihm vertreten ist. Schließlich bleibt immer die Möglichkeit offen, aus dem Felde zu gehen. Dann stehe ich aber daneben, menschlich wie im Leben überhaupt.

{173} Die Methoden, mit denen Kinder gezwungen werden, sich für die eine oder andere Seite der Polarität zu entscheiden, meistens dafür, «immer lieb zu sein» und «es nie wieder zu tun», können sadistisch und zerstörerisch sein. Hauptsächlich zerstören sie das Selbstwertsystem. Die zugehörigen Äußerungen der Eltern zielen letztlich auf eine völlige Entwertung des Betroffenen. Das kann kein Organismus ertragen. Zum guten Überleben und zur psychischen Gesundheit gehört auch das Wissen um den eigenen Wert und ein entsprechendes Kraftgefühl. Wird das zerstört, sind wesentliche Lebensgrundlagen gebrochen. Unbewusst wird der kindliche Organismus alles tun, um das zu vermeiden

oder zu kompensieren. Hier beginnt der fatale Kreislauf: die Vermeidung - Verdrängung und Abwehr des entsprechenden Impulses - oder die Kompensation - die besonders starke Identifikation mit dem Gegenimpuls - lösen die augenblickliche Lebensschwierigkeit und ermöglichen ein ungetrübt Verhältnis zu den Eltern und den Empfang ihrer Liebe. Gleichzeitig beinhalten sie eine schwer wiegende Hypothek, die sich erst in späteren Lebensjahren in vollem Umfang zeigt. Die Eltern geben mit ihrer starren Erziehung, die Verdrängung fordert, den eigenen ungelösten Gegensatzkonflikt weiter. Sie durften sich selbst nichts erlauben, was zur Moral ihrer Zeit im Gegensatz stand. Der Gedanke, dass ihr Kind solches tut, ist ihnen vor den eigenen Eltern, den Nachbarn oder der eigenen inneren normativen Instanz unerträglich. Häufig zeigt sich, dass die Kinder das zu leben gezwungen sind, was ihre Eltern verdrängen. Das wäre die familiäre Konstellation des Gegensatzes im Sinne einer zu erreichenden Ganzheit.

{174} Von diesen Problemen sind wir alle betroffen. Es kostet große Mühe und braucht Mut und Risikobereitschaft, um die Deformationen wenigstens teilweise rückgängig zu machen. Jeder kann davon ausgehen, dass sein Leben in vielfältige Gegensatzspannungen hineingestellt ist. Diese Gegensatzstrukturen sind Koordinaten des Lebens. Ihnen entfliehen zu wollen, ist genauso unmöglich, wie sich außerhalb der Längen- und Breitengrade der Erde zu bewegen. Insofern sind wir Gefangene der Gegensätze. Wenn ich mich dieser Gegensätze nicht entledigen kann, brauche ich mich ihrer nicht zu schämen, muss aber mit ihnen leben lernen. Dabei werde ich meistens von den Vertretern einer konventionellen Moral allein gelassen. Ich muss Lösungen suchen, die Sachverhalte und Einstellungen verbinden, die sich nach gültiger Moral ausschließen. Hier gilt der zitierte Satz von JUNG, das Nacheinander in ein Nebeneinander aufzulösen. Ich weiß, dass ich nicht nur gut bin, sondern auch böse. Dieses «Ich-bin-böse» beinhaltet, dass ich gar keine andere Wahl habe, als auch am Bösen teilzunehmen und nicht dadurch gut werde, dass ich das Böse verdränge oder projiziere. Wir können glücklicherweise davon ausgehen, dass sich im Laufe der Evolution eine Funktion entwickelt hat, die aus dem weitreichenden Wissen Möglichkeiten zum Ausgleich der konflikthaften Einseitigkeiten, mit denen das Bewusstsein konfrontiert ist, zur Verfügung stellt. C. G. Jung hat diese Funktion die transzendente Funktion genannt. Sie schafft das vereinigende Symbol. Das vereinigende Symbol ist, wie gezeigt, eine Phantasie oder ein Bild, in dem die zurzeit auseinander gefallenen Gegensätze wieder verbunden erscheinen. Zunächst ist es wichtig, sich die gegensätzlichen Positionen klarzumachen. Um hier noch einmal an das erste Kapitel anzuknüpfen: Ist es vielleicht der Gegensatz zwischen Autonomie und Anpassung, zwischen Beziehung und Freiheit? Auch der Gegensatz zwischen rational-logisch und irrational-gefühlhaft oder zwischen wissenschaftlich und religiös kommt in Betracht. Die Bewusstwerdung der Gegensätze ist allein noch keine Lösung, aber eine unumgängliche Voraussetzung dafür. Wir hoffen, dass alle Konflikte lösbar sind. Es gibt aber wahrscheinlich Konflikte, die ertragen werden müssen.

{175} Schwarz - weiß, hell - dunkel, der ganz andere Mensch, das Diesseits und Jenseits der Grenze, gut und böse, spitz und rund, alle diese Gegensätze gehören zu mir. Es schmerzt mich, darum zu wissen. Wenn ich sie in mir spüre, tut es weh. Ich weiß, dass ich gelegentlich verletze, dass ich schuldig werde, weil diese Gegensätze in mir sind. Das ist keine Entschuldigung, sondern fordert mich auf, über die Paradoxie der Gegensätze in meinem Leben nachzudenken. Wie stellen sie sich dar? Ich werde schuldig, das macht bescheiden. Und doch habe ich meinen Wert, der unverlierbar ist. Keine Schuld tastet ihn an und trotzdem bleibt sie bestehen. Das ganz andere gehört zu mir. Wenn ich in mich hineinhorche, kann ich es ansatzweise spüren. Ich möchte eine eindeutige Welt, ich möchte nicht immer von der Gefahr bedroht sein, in diesen Gegensätzen zerrissen zu werden. Das Hin-und-Her - das darf ich oder darf ich nicht - ist anstrengend. Dennoch weiß ich, wenn ich dem entfliehen will, bleibt nur wenig zurück, ein Gefühl der Lähmung und der Sinnlosigkeit. Hinzu kommt, dass ich keinesfalls entfliehen kann, auch wenn ich den Preis der Lähmung zahle. Zum Wesen des Gegensatzes gehört, dass ich ihn rational nicht lösen kann, sondern ihm emotional ausgesetzt bin. Deswegen ist die Frage der Gegensätze nicht eine Frage nach Glück, Frieden oder Harmonie. Zu den Gegensätzen gehören Trennung, Spannung, Zwiespalt und Zweifel. Gilt das eine, gilt das andere? Auch unsere höchsten Wertvorstellungen lassen uns hier im Stich, weil sie das eine und das andere beinhalten. Das Leben spielt sich in Gegensätzen ab. Es wird gut sein, unsere Kinder darauf vorzubereiten und sie nicht in der Angst vor dem Gegensatz, sondern in der Verantwortung vor ihm anzuleiten. Und vor allem: ihnen Mut zu diesem Menschsein zu machen!

4. Persona: Identität und Rolle

Thesen zum Thema

{176} Wo immer wir Menschen begegnen, begegnen wir ihnen in der Ausübung sozialer Rollen. Mit jeder Rolle ist eine Funktion in einem sozialen System gekennzeichnet. Solche sozialen Systeme sind Betriebe, Familien, politische Parteien, der Staat. Insofern sind Rollen etwas Vorgegebenes und damit relativ selbständige und festgefügte soziale Gebilde. Ähnlich den Kulturschranken, Zeitströmungen und der Gegensatzstruktur gehören sie zu den Grundstrukturen menschlichen Lebens.

{177} Wir sind zur Übernahme von Rollen gezwungen. Aber wir können wählen, welche Rollen wir übernehmen wollen und welche nicht. Meistens sind diese Wahlmöglichkeiten beschränkt.

{178} Jedes soziale System verfügt über zahlreiche definierte Rollen. Daraus entsteht die Problematik der Einpassung des Rollenträgers in das Rollengefüge. Die daraus sich ergebenden Übereinstimmungen und Gegensätze sind Ursprung vielfältiger, das Individuum zum Teil äußerst belastender Entwicklungen. Der Anpassungs- und Veränderungsdruck, der von einer Rolle auf das Individuum ausgeht, kann das Gefühl völliger Entfremdung erzeugen. Die Spannungen zwischen dem Rollenträger und den Rollenanforderungen können so groß werden, dass die Rolle entweder verändert oder verlassen werden muss. Ist beides nicht möglich, werden Spannungen und Konflikte unerträglich. Insofern sind Rollen harte Komponenten des Schicksals. Was wir mit der «Realität des Lebens» meinen, wird teilweise durch Inhalte und Anforderungen der Rollen abgedeckt.

{179} In jedem sozialen Gebilde gibt es eine Rollenhierarchie: Gewisse Rollen sind wichtiger, andere weniger wichtig. Die Hierarchie der Rollen und die Hierarchie der Macht entsprechen sich. Die mit großer Macht ausgestatteten Rollen haben entsprechend intensive Rückwirkungen auf ihren Träger. Rollen wirken bis in das Körpergeschehen hinein. Im populären Sprachgebrauch sind Manager-Rolle und Manager-Krankheit miteinander verknüpft. Wir müssten, genau wie im Bereich des Körpers, davon sprechen, dass wir auch Rollen sind oder zumindest zu Rollen geworden sind. Die Körperverbundenheit der Rolle zeigt sich auch im Ausdrucksgeschehen. Erfolge und Auszeichnungen werden «gehobenen Hauptes» entgegengenommen.

{180} Die Auseinandersetzung mit den Rollen ist ein lebenslanger Prozess. «Er ist so mit seiner Rolle im Betrieb verwachsen, dass er sich nicht mehr davon distanzieren kann.» «Ich habe es aufgegeben, die Rolle des braven Sohnes zu spielen.» Das sind extreme Formen der Gebundenheit an eine Rolle.

{181} Je nach Grad der Identifikation mit der Rolle und der Entfremdung von meiner «wahren» Person machen sich kompensatorische Bewegungen vom Unbewussten aus bemerkbar. C. G. JUNG schreibt von einer Patientin: «Ja, insofern sie sich zunächst mit ihrer Rolle ganz identifiziert, war sie sich ihrer selbst überhaupt unbewusst. Sie war noch immer im Nebel ihrer Infantilwelt und hatte die eigentliche Welt noch gar nicht entdeckt.» (1) Insofern gehört die Rolle zur Ganzheit der Person, sie wird in den Selbststeuerungsprozess der psychischen Entwicklung einbezogen. Je einseitiger die Libido in die Rolle verlagert und dort gebunden ist, umso stärker sind die dann allerdings erheblich kontrastierenden Gegenbewegungen vom Unbewussten her. - Das Gesamtsystem der von einer Person übernommenen Rollen und Positionen bezeichnet C. G. JUNG als die Persona.

{182} Zum Verständnis der Rolle und ihrer Bedeutung ist wieder von einem dialektischen Bezugssystem auszugehen (siehe Kapitel 3): Es ist im Sinne der psychischen Entwicklung des Selbst, dass Rollen entstehen und Fähigkeiten entfaltet werden, Rollen sicher zu übernehmen. Es ist aber ebenso bedeutsam, dass Rollen eine gewisse Lockerheit und Verfügbarkeit behalten und nicht mit dem Kern der Person verwechselt werden.

{183} Das Rollenangebot der Gesellschaft ist vielseitig: es werden Väter-, Mütter-, Brüder-, Schwester-, Priester-, Führer-, Patienten-, Heiler-, Clown-Rollen usw. angeboten. Das Gesamtsystem der im sozialen Raum angebotenen Rollen kann als die äußere und objektive Erscheinung der von der Gesellschaft zugelassenen und gewünschten Verhaltensmöglichkeiten angesehen werden. Rollen entsprechen jedoch nur typischen Verhaltensmustern und tragen keine individuellen Züge. Ein junger Vater übernimmt die Rollenfunktion wie jeder andere Vater auch. Er orientiert sich an den tradierten Rollenbeschreibungen sowie an Vorbildern. Dabei sind zwei Entwicklungsprozesse der Persönlichkeit zu unterscheiden: einmal bedarf es der allgemeinen psychischen Reifung als Voraussetzung, überhaupt Vater eines Kindes zu sein, ganz allgemein. Zum anderen können sich mit der Zeit ganz individuelle väterliche Züge entfalten, die diesen Rollenträger unverwechselbar kennzeichnen. Gerade bei der Vaterrolle scheint sich eine zunehmende Flexibilität in der Ausübung dieser Rolle abzuzeichnen, verglichen mit den eigenen Vätern und Großvätern. Häufig werden Rollen übernommen, ohne dass die entsprechenden persönlichen Voraussetzungen vorhanden sind. In diesem Fall ist auch die Persona schwach. Mit persönlichen Entfaltungsprozessen ist das Risiko verbunden, dass die Rollengrenzen überschritten und entsprechende Ängste oder Konflikte hervorgerufen werden. Der Vater und ich als Vater sind sehr verschiedene Erlebnisqualitäten.

{184} In der Dialektik von Rolle und Identität oder Rolle und Selbst liegt die Aufforderung zur Individuation und die Gefahr einer Stagnation. C. G. JUNG spricht von der regressiven Wiederherstellung der Persona (2), wenn das Weiterschreiten durch traumatische Erlebnisse unterbrochen wird und der Betroffene sein Leben über Gebühr einschränkt. «Vielleicht hat er früher mehr gewollt, als er erbringen konnte, jetzt wagt er nicht einmal mehr das, wozu er eigentlich befähigt wäre.» (3)

C. G. Jung zu diesem Thema

{185} Vorbemerkung: Was Sozialpsychologie und Soziologie als Rollen, Positionen und Rollensysteme bezeichnen, hat C. G. JUNG unter dem Begriff der Persona zusammengefasst. Er ordnet diese Rollensysteme der «Kollektivpsyche» zu. Niemand ist in der Lage, alle allgemein menschlichen Möglichkeiten in seinem Leben zu realisieren. Jede soziale Gruppe repräsentiert über ihre Rollen verschiedene Ausschnitte.

{186} «Diesen oft mit viel Mühe zustandegebrachten Ausschnitt aus der Kollektivpsyche habe ich als Persona bezeichnet. Das Persona ist dafür wirklich ein passender Ausdruck, denn Persona ist ursprünglich die Maske, die der Schauspieler trug und welche die Rolle bezeichnete, in der der Schauspieler auftrat. Wenn wir nämlich an das Wagnis herantreten, eine genaue Unterscheidung dessen vorzunehmen, was als persönliches und was als unpersönliches psychisches Material zu gelten hat, so geraten wir bald in größte Verlegenheit ... Nur vermöge des Umstandes, dass die Persona ein mehr oder weniger zufälliger oder willkürlicher Ausschnitt aus der Kollektivpsyche ist, können wir dem Irrtum verfallen, sie auch in toto für etwas individuelles) zu halten. ... Wenn wir die Persona analysieren, so lösen wir die Maske auf und entdecken, dass das, was individuell zu sein scheint, im Grunde kollektiv ist, dass m. a. W. die Persona nur die Maske der Kollektivpsyche war. ... Es wäre aber unangebracht, den Tatbestand in diesem Zustand der Darstellung zu belassen, ohne zugleich anzuerkennen, dass in der eigentümlichen Auswahl und Definition der Persona allbereits etwas Individuelles liegt, dass trotz seiner ausschließlichen Identität des Ich-Bewusstseins mit der Persona das unbewusste Selbst, die eigentliche Individualität, doch stets vorhanden ist und, wenn auch nicht direkt, so doch indirekt sich bemerkbar macht. Obgleich das Ich-Bewusstsein zunächst identisch ist mit der Persona - jenem Kompromissgebilde, als das einer vor der Kollektivität erscheint und insofern eine Rolle spielt -, so kann das Unbewusste selbst doch nicht dermaßen verdrängt werden, dass es sich nicht bemerkbar machen würde. Sein Einfluss erscheint zunächst in der besonderen Art der kontrastierenden und kompensierenden Inhalte des Unbewussten.» (4)

{187} «Die Persona ist ein kompliziertes Beziehungssystem zwischen dem individuellen Bewusstsein und der Sozietät. ... Die Sozietät erwartet, ja muss von jedem Individuum erwarten, dass es die ihm zugeordnete Rolle möglichst vollkommen spielt, dass also mithin einer, der Pfarrer ist, nicht nur objektiv seine Amtsfunktionen ausübt, sondern auch sonst zu allen Zeiten und unter allen Umständen die Rolle des Pfarrers anstandslos spiele. Die Sozietät verlangt dies als eine Art von Sicherheit.» (5)

{188} «Die Konstruktion einer kollektiv passenden Persona bedeutet eine gewaltige Konzession an die Außenwelt, ein wahres Selbstopfer, welches das Ich geradewegs in eine Identifikation mit der Persona hineinzwingt, sodass es wirklich Leute gibt, die glauben, sie seien das, was sie darstellen. ... Das Unbewusste erträgt eine solche schwere Schwergewichtsverschiebung unter keinen Umständen.» (6)

{189} «Die Identifikationen mit der sozialen Rolle sind überhaupt ergiebige Neurosenquellen. Der Mensch kann sich eben nicht ungestraft seiner selbst zugunsten einer künstlichen Persönlichkeit entledigen. Schon der Versuch dazu löst in allen gewöhnlichen Fällen unbewusste Reaktionen aus. Launen, Affekte, Ängste, Zwangsvorstellungen, Schwächen, Laster usw.» (7)

{190} «Ein häufiger Fall ist die Identität mit der Persona, jenem Anpassungssystem oder jener Manier, in der wir mit der Welt verkehren. So hat fast jeder Beruf die für ihn charakteristische Persona. ...- Die Welt erzwingt ein gewisses Benehmen, und die professionellen Leute strengen sich an, diesen Erwartungen zu entsprechen. Die Gefahr ist nur, dass man mit der Persona identisch wird, wie etwa der Professor mit seinem Lehrbuch oder der Tenor mit seiner Stimme. Damit ist das Unglück geschehen. ... Es braucht dann schon den verzweifelten Entschluss eines Herakles, sich dieses Nessus-Gewand vom Leibe zu reißen und in das verzehrende Feuer der Unsterblichkeitsflamme hineinzusteigen, um sich zu wandeln zu dem, was er eigentlich ist.» (8)

{191} «Ein ganz gewöhnlicher Fall ist die humorlose Identität vieler Männer mit ihrer Beschäftigung oder ihrem Titel. Gewiss ist mein Amt meine mir zugehörige Tätigkeit, zugleich aber ist es auch ein kollektiver Faktor, der aus der Zusammenwirkung vieler historisch zustande gekommen ist und dessen Würde nur einer kollektiven Zustimmung ihr Dasein verdankt. Wenn ich mich daher mit meinem Amt oder Titel identifiziere, so benehme ich mich, wie wenn ich der ganze komplexe, soziale Faktor, den ein Amt darstellt, selber wäre, wie wenn ich nicht nur der Träger des Amtes, sondern zugleich auch die Zustimmung der Gesellschaft wäre. Damit habe ich mich ungewöhnlich ausgedehnt und Eigenschaften usurpiert, die keineswegs in mir, sondern aus mir sind.» (9) «Dissoziationen ereignen sich aufgrund von Inkompatibilitäten, z.B. der Gegenwartszustand ist mit dem Kindheitszustand in Widerspruch geraten. Man hat sich vielleicht gewaltsam von seinem ursprünglichen Charakter getrennt zugunsten einer willkürlichen, der Ambition entsprechenden Persona. Man ist damit unkindlich und künstlich geworden und hat so seine Wurzeln verloren. Das ist die günstige Gelegenheit für eine ebenso vehemente Konfrontation mit der ursprünglichen Wahrheit.» (10) «Die Identifikation mit Amt oder Titel hat sogar etwas Verführerisches, weshalb so viele Männer überhaupt nichts anderes sind als ihre von der Gesellschaft ihnen zugebilligte Würde. Es wäre vergeblich, hinter dieser Schale eine Persönlichkeit zu suchen. Man fände hinter der großen Aufmachung bloß ein erbärmliches Menschlein. Darum ist das Amt (oder was diese äußere Schale immer sei) so verführerisch: weil es eine billige Kompensation für persönliche Unzulänglichkeiten darstellt.» (11)

Rollen und Positionen

{192} Einige theoretische Überlegungen sind vorzuschicken: Die grundlegenden Forschungen zur Bedeutung der

Rolle verdanken wir der Sozialpsychologie und der Soziologie. Dabei hat sich gezeigt, dass Rollen und Positionen voneinander unterschieden werden müssen. In einem sozialen System stehen verschiedene {193} Positionen zur Verfügung. Der Staat hat zum Beispiel die Position des Bundespräsidenten, des Bundeskanzlers usw. Jeder solcher Positionen sind eine Reihe von Rollen zugeordnet. Eine Rolle umfasst die Gesamtheit der Erwartungen, die an den Inhaber einer sozialen Position gestellt werden. Diese Erwartungen sind wiederum abgestimmt auf die Rollen anderer Personen. Bezogen auf das Beispiel des Bundespräsidenten und des Bundeskanzlers, sind einmal die Positionen genau voneinander getrennt, zum anderen sind die verschiedenen Rollen klar definiert. Bei Staatsempfängen oder Begrüßungen gewichtiger Gäste erscheint der Bundespräsident «persönlich». Solche kleinen sprachlichen Attribute weisen daraufhin, dass gewisse Positionen und die ihnen zugeordneten Rollen in einem sozialen Gebilde von besonderer Bedeutung sind. Jedes soziale Gebilde lässt sich nach seinen Positionen und Rollen definieren und abgrenzen. Mit Wandlungen der sozialen Struktur müssen die alten Positionen und Rollen verändert oder ganz aufgegeben werden. Das zeigt sich deutlich, wenn ein Staat von einer Monarchie in eine Demokratie übergeht. Abgesehen von den vehementen Umschichtungsprozessen, die damit verbunden sind, sind auch die Position des Königs und die eines demokratischen Staatsoberhauptes grundlegend verschieden. Die Machtbefugnisse sind anders definiert, somit auch die Rollen und Funktionen. Die analytische Psychologie vertritt die Hypothese, dass die im kollektiven sozialen Raum vorhandenen Positionen und die ihnen entsprechenden Rollen Widerspiegelungen der Kollektivpsyche sind. Die Struktur des kollektiven Unbewussten erscheint in der Struktur des kollektiven Bewusstseins wieder. Das kollektive Bewusstsein umfasst alle in einer Kultur allgemein zugänglichen und bewusstseinsfähigen Inhalte, zu denen sich das einzelne Ich in Beziehung setzen kann. Natürlich kann der einzelne keinesfalls alle diese kollektiv möglichen Bewusstseinsinhalte in sein begrenztes Bewusstsein heben, aber er hätte prinzipiell dazu die Möglichkeit, einfach weil es kollektiv bewusste Inhalte sind, im Gegensatz zum Unbewussten. Die Wissenschaften können als Beispiel dienen. Heute ist es nicht einmal mehr möglich, dass ein einzelner Wissenschaftler sein Fachgebiet bewusst völlig überblickt. Obwohl er viel gelernt und gelesen hat, sind weite Bereiche seines Wissens bestenfalls vorbewusst und bewusstseinsfähig. Er ist nicht mehr in der Lage, alles neu hinzukommende und bewusstseinsfähige kollektive Wissen auf seinem Gebiet aufzunehmen. Die auch beklagenswerte Spezialisierung ist eine Folge der ungeheuren Erweiterung des kollektiven Bewusstseins, die auch als Wissensexplosion bezeichnet wurde. Trotzdem gilt, dass die Grunddimensionen des kollektiven Bewusstseins, Wissenschaft, Kunst, Religion und Ethik, Repräsentanten des kollektiven Unbewussten, der allgemein unbewussten Struktur der menschlichen Psyche sind.

{194} Die Dynamik einer solchen Spiegelung zwischen innen und außen lässt sich folgendermaßen vorstellen: Die Bewusstseinsentwicklung der Menschheit erfolgte aller Wahrscheinlichkeit nach in bestimmten Stufen. Nach anfänglicher völliger Unbewusstheit des Menschen kam es zu ersten, mit einer entsprechenden Ich-Struktur verbundenen Form des Bewusstseins. Die beiden großen regulierenden Systeme des Verhaltens begannen sich zu differenzieren, Bewusstes konnte von Unbewusstem unterschieden werden. Der inneren Trennung entsprachen Vorstellungen über eine Trennung von Himmel und Erde, eines Urvaters von einer Urmutter, die vorher in ewiger Vereinigung verbunden waren. Mythologische Bilder dieser Art sind in vielen Weltentstehungs- und Schöpfungsmythen enthalten. V. FRANZ und NEUMANN haben diese Thematik der Kosmologie und der «Ursprungsgeschichte des Bewusstseins» ausführlich bearbeitet und die durchgehende Parallelität der inneren Differenzierung mit den Weltbildern nachgewiesen. (12 und 13) Die innere Struktur und die Erklärung und Ordnung der Welt sind eng miteinander verbunden.

{195} Die Beziehung zwischen dem Bewusstsein, repräsentiert durch das Ich, und dem Unbewussten mit seiner zentralen Instanz des Selbst hat sich wahrscheinlich auch in der sozialen Struktur niedergeschlagen. Über lange Zeitepochen hinweg dürfte der König, ursprünglich ein Gott-König, die Projektion des Selbst getragen haben. Er vertrat höchste Regulationsprinzipien und war von Gottes Gnaden eingesetzt. Im Verlauf der Bewusstseinsentwicklung kam es auch hier zu einer weitgehenden Verinnerlichung. Was unsere Vorfahren «draußen» brauchten und fanden, entdecken wir in der eigenen Seele. Das Prinzip der Ordnung ist deshalb nicht allein mit sozialer Herrschaft und damit verbundenen Repressionen zu erklären, mögen diese sich auch später verselbständigt haben, wie andere Kulturgüter auch. Die soziale Ordnung ist eine Variante der überhaupt notwendigen psychischen Struktur, um sich im unübersichtlichen

{196} und gefährlichen Chaos der Naturkräfte und der sozialen Kräfte zurechtzufinden. Der Mensch ist ein Stück Natur und bedarf der von FREUD immer wieder betonten Kulturarbeit. (14) Die inneren Strukturen, die sich im Laufe der Evolution herausgebildet haben, sind in der Sozialstruktur wieder zu erkennen. Dass mit diesen Sozialstrukturen Missbrauch getrieben wird, ist bekannt, spricht aber nicht gegen diese vertretene Hypothese. Ist einmal ein kollektiver Raum geschaffen, der der psychischen Struktur der Bewusstseinsstufe entspricht, so «erscheint» das Selbst immer wieder in projizierter Form, zum Beispiel im Königtum. Das kann zu einer über Jahrhunderte konstant bleibenden sozialen Struktur führen. In dem Maße, in dem die Bewusstseins- und Ich-Entwicklung fortschreitet, wird der Mensch immer weniger in der Lage sein, die Steuerung seines Verhaltens nur von außen entgegenzunehmen. Der König ist dann kein König von «Gottes Gnaden» mehr, auch nicht länger ein Repräsentant höchster und absoluter Macht. Dem König gegenüber werden «Selbststeuerungen» geltend gemacht, die sich in verschiedenen Staatsformen, insbesondere aber der Demokratie, niederschlagen. Heute sprechen wir nicht nur von Selbststeuerungstendenzen der Psyche, sondern solchen sozialer und biologischer Systeme. Die Wirkungen des Archetypus des Selbst werden vom Ich direkter wahrgenommen und ausgehalten. Dann ist es möglich, eine direkte Konfrontation zwischen den Wirkungen des

Unbewussten und den Funktionen des Ich zu postulieren. Das Bewusstsein ist stark genug, die eigene «gesetzgebende Stimme» zu vernehmen. Auf dieses Modell der psychischen Strukturentwicklung baut die von Sigmund FREUD und C. G. JUNG begründete analytische Arbeit in der Psychotherapie auf. Im einzelnen beschreibt es, wie sich das Ich mit dem Unbewussten, sei dieses nun theoretisch als «Es» oder als System von Archetypen konzipiert, auseinandersetzt. Erfolgt keine bewusste Auseinandersetzung in diesem Sinne, müsste sie in der Projektion und damit über die Außenwelt geschehen. Dann bedürfte es weiterhin der idealen Führer, der Könige und der souveränen Herrscher, die mit allmächtigen Befugnissen ausgestattet werden. In dem Maße, in dem das Ich nicht länger in der Lage ist, sich «im Inneren», im Dialog mit dem eigenen Unbewussten, mit diesen Kräften zu konfrontieren, wird der Ruf nach dem «starken Mann» wieder gehört. Je notvoller die Situation des Ich, umso häufiger ertönt dieser Ruf. Je problematischer die politische Situation, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass die steuernden Kräfte nicht mehr in der eigenen Seele gesucht, sondern von außen erwartet werden. Hier liegen die psychologischen Ansätze politischer Entwicklungen. Die Menschennatur findet sich innen und außen, das Spiegelungsverhältnis ist konsequent durchzuhalten. Die Anerkennung beider Realitäten ist grundlegend.

{197} Die Wirklichkeit der Außenwelt ist direkt auf die Persona bezogen. «Wenn mir die äußere Welt bloß ein Phantasma ist, wie kann ich mir dann ernstlich Mühe geben, ein kompliziertes Beziehungs- und Anpassungssystem dafür herzurichten? GleichermäÙen wird mich der Standpunkt <<nichts als Phantasie>> niemals veranlassen, meine Anima-Manifestationen für etwas anderes als alberne Schwächen zu nehmen. Stehe ich aber auf dem Standpunkt, dass die Welt außen und innen sei, dass Realität dem Außen wie dem Innen zukomme, so muss ich auch folgerichtigerweise die Störungen und Unzuträglichkeiten, die mir von innen zustoßen, als Symptom einer mangelhaften Anpassung an die Bedingung der inneren Welt auffassen.» (15) Dies ist die Wirklichkeit der Seele, die Wirklichkeit des Menschen, die Wirklichkeit der Welt.

{198} Wie für jede gute Theorie lassen sich auch hier praktische Konsequenzen anknüpfen: Je mehr ich das Heil außen suche, umso weiter bin ich noch von der Wirklichkeit der eigenen Seele entfernt. Die Mystiker haben das gewusst: Christus muss in jeder Seele neu geboren werden. Meister ECKHART zu studieren, bietet einen hervorragenden Zugang für diese Dialektik der inneren und äußeren Wirklichkeit der Seele. (16)

{199} Das leidenschaftliche Streben nach einer höheren Position kann, abgesehen von den Möglichkeiten wirtschaftlicher Sicherheit, die gar nicht unbedingt damit verknüpft sind, eine Spiegelung des eigentlich Gemeinten sein: Mit der gleichen Leidenschaftlichkeit sollte eine innere höhere Position erstrebt werden, ein höherer Grad von Bewusstheit, Verfügbarkeit und Nähe zur «obersten Spitze», zum steuernden Zentrum der Psyche, dem Selbst. C. G. Jung hat das für die Beziehung zwischen Eltern und Kindern beschrieben: «Alles, was wir an den Kindern ändern wollen, sollten wir zunächst wohl aufmerksam prüfen, ob es nicht etwas sei, was besser an uns zu ändern wäre, so z.B. unser pädagogischer Enthusiasmus. Vielleicht wäre er auf uns gemünzt. Vielleicht verkennen wir das pädagogische Bedürfnis, weil es uns unbequemerweise daran erinnern würde, dass wir selber noch irgendwie Kinder sind und der Erziehung in hohem Maße bedürfen.» (17)

{200} Abschließend sei betont, dass Rollen und Positionen für das Funktionieren sozialer Gebilde notwendig sind. Sie repräsentieren einige seiner Lebensfunktionen. Deshalb ist es wichtig, dass sie auch gelebt und angenommen werden.

Familienpositionen

{201} Das Familiensystem ist das von der Tiefenpsychologie am besten erforschte soziale Gebilde. Auch hier unterscheiden wir verschiedene Positionen: etwa den Vater, die Mutter, das Kind, den Bruder, die Schwester, die Großmutter, den Großvater. Bestimmte Einzelpersonen bilden Gruppen, die ebenfalls eine Position innehaben: die Geschwister, die Großeltern, die Eltern, die Familie selbst. Manchmal muss man weiter differenzieren: die Brüder - sie wurden viel härter gestraft - und die Schwestern, bei denen es selbstverständlich war, dass sie zur Hausarbeit herangezogen wurden. Hinzu kommt, dass die Position des ältesten und des jüngsten, auch die des mittleren Kindes, psychologisch hoch bedeutsam sind. Dabei spielt das jeweilige Geschlecht eine große Rolle. Viele Eltern haben immer noch den Wunsch, als erstes Kind einen Sohn zu bekommen. Insofern ist die Position des ersten Kindes, wenn es «leider nur» ein Mädchen war, eine andere und schwierigere, als wenn den Eltern ein Sohn geschenkt worden wäre. Es ist auch bekannt, dass manche Frau ausgesprochen Angst davor hat, einen Sohn zu gebären, und sich sehnlichst eine Geschlechtsgenossin wünscht. In solchen Fällen ist eine problematische Entwicklung des Kindes vorauszusehen, wenn das erste Kind ein Sohn wird. Auch die Position des jüngsten Kindes ist bemerkenswert. Die Sprache hat hierfür eigene Kennzeichnungen wie «Nesthäkchen» oder «Nachzügler». Beides sind bildhafte Vorstellungen. Die Jüngsten zeigen tatsächlich oft die Neigung, die mit einer solchen Position verbundenen Vorteile auszunutzen und an den kindhaften Positionen länger festzuhalten, als es im Sinne ihrer Entwicklung gut wäre. Sie haken sich buchstäblich im Nest fest. Der Nachzügler zeigt an, dass die Zeit, Kinder zur Welt zu bringen, in dieser Familie eigentlich vorbei ist.

{202} In bäuerlichen Gegenden ist die Position des ältesten Sohnes häufig noch mit der des Hoferben verknüpft. Familien, die ein selbständiges Unternehmen aufgebaut haben, rechnen damit, dass der erste, mit Sicherheit aber der einzige Sohn - auch dies eine besondere Position im Familiensystem - den elterlichen Betrieb übernehmen wird. Hatte ich einleitend besonders auf die manchmal sehr problematische Spannung zwischen Rolle und Persönlichkeit hingewiesen, so muss hier ergänzt werden, dass diese Spannung auch zwischen Position und Persönlichkeit existiert. Ist es mein Schicksal, der einzige Sohn eines selbständigen Handwerksmeisters zu sein, so ist mir die Position dessen, der den Betrieb erbt, von Kindheit an zugeschrieben. Ich werde auf die mit dieser Position verbundenen Rollen

systematisch vorbereitet. Rollen sind mit Erwartungen an bestimmte Verhaltensweisen geknüpft. Die Erwartungen der Eltern sind in diesem Falle ziemlich eindeutig. Schon der Wunsch des Sohnes, eine höhere Schule zu besuchen oder gar einen künstlerischen oder pädagogischen Beruf zu ergreifen, wird ihn mit diesen Erwartungen in Konflikt bringen. Wenn er einen handwerklichen Betrieb übernehmen soll, dann soll er schließlich kein unnötiges Schulwissen ansammeln. Inwieweit die Persönlichkeit des Sohnes den in ihn gesetzten Erwartungen entspricht, wird kaum beachtet. Dagegen wird vorausgesetzt, dass die Persönlichkeit des Kindes sehr wandlungsfähig ist und sich mit diesem Positions- und Rollenangebot ohne weiteres vereinbaren lässt.

{203} Aus der Sicht der Tiefenpsychologie kommt zu dieser eher sozialpsychologischen Darstellung folgendes hinzu: Die Position der Mutter ist zugleich Spiegelung einer archetypischen menschlichen Struktur. Sie korrespondiert mit dem Archetypus der «Großen Mutter» (vgl. hierzu besonders die Arbeiten von Erich NEUMANN, 18). Mit der Chiffre «Große Mutter» fasst die analytische Psychologie den gesamten allgemein menschlichen Verhaltensbereich des Mütterlichen zusammen. Dieses zeigt sich natürlich besonders in der Fürsorge für die Nachkommenschaft. Jeder Mensch verfügt aber in sich über zahlreiche mütterliche Verhaltensmöglichkeiten, die er seinen Mitmenschen, insbesondere seinen Kindern, aber auch sich selbst gegenüber aktivieren kann. Es ist als ein Zeichen menschlicher Reife zu betrachten, wenn jemand in der Lage ist, sich selbst richtig zu bemuttern, und diese Funktion nicht mehr an eine andere, eben die äußere Mutter oder ihre Ersatzfigur delegieren und übertragen muss. Das Kind hat im Zustand seiner Hilflosigkeit keine andere Wahl, als sich von außen bemuttern und beschützen zu lassen. Das ist in diesem Alter ein ganz natürlicher Vorgang. Die archetypischen mütterlichen Möglichkeiten werden zunächst auf die reale Mutter übertragen. Diese ist auch aufgrund ihrer physiologischen und psychologischen Entwicklung, ihrer Sozialisation, mehr oder minder gut darauf vorbereitet, diese Projektionen und ihre Anforderungen zu übernehmen. Im Laufe der Persönlichkeitsentwicklung des Kindes wird es aber notwendig sein, jene Projektion Schritt für Schritt zurückzuholen und die Funktion selbst zu übernehmen. Innere und äußerliche Mütterlichkeit sind aufeinander bezogen und bedingen einander, sowohl allgemein entwicklungsgeschichtlich wie in der Lebensgeschichte eines jeden einzelnen Menschen.

{204} Damit kompliziert sich aber die Frage der Rollen und Positionen weiter: Die zunächst auf die Mutter projizierten allgemeinen mütterlichen Möglichkeiten sind dem kleinen Kind natürlich völlig unbewusst. Es erlebt sie ganz im Außen, seine Mutter repräsentiert die Mutter schlechthin. Was Muttersein heißt, erlebt das Kind an ihr. Hier beginnt der komplizierte Prozess des sozialen Lernens oder des Lernens am Modell. Jeder erlebt ein bestimmtes Muttersein. Die eigene Mutter ist zunächst das Vor-Bild, ihr Verhalten prägt das langsam wachsende und sich stabilisierende Mutter-Bild. Wie ich mir eine Mutter vorstelle, lerne ich an meiner Mutter und Großmutter. Wie ich selbst mütterlich sein werde, orientiert sich ebenfalls zunächst an diesen Vorbildern. Biologisch ist das gar nicht anders möglich. Zugleich ist das die Quelle kompliziertester Verwicklungen. Selbstverständlich macht es einen großen Unterschied, ob meine Mutter eine gesunde, mit ihrer Mütterlichkeit positiv verbundene Frau ist, oder ob eine ständig klagende, ihr Frausein bedauernde, das Mütterliche aufgrund ihrer Lebensgeschichte und Eigenart ablehnende Frau mich von frühester Kindheit an pflegt. All dies erscheint mir zunächst als objektive Realität. Erst im Laufe meines Lebens merke ich, dass es auch noch andere Mütter und andere Formen der Mütterlichkeit gibt. Erwachsene berichten, dass sie andere Kinder um ihre Eltern beneidet haben. Sie sind gern zu Nachbarn gegangen, weil es dort gemütlich warm war oder es am Samstag immer so gut nach Kuchen roch, während die eigene Mutter nie Freude am Backen hatte und streng auf Sauberkeit

{205} achtete. Hier zeigen sich erste kompensatorische Prozesse. Der junge Mensch spürt, dass das, was er bei seinen eigenen Eltern erlebt, nicht alles ist. Die Kollektivpsyche, also die Menge aller menschlichen Möglichkeiten im Bereich des Mütterlichen, macht sich indirekt bemerkbar. Beim Kind setzt ein unbewusstes Suchverhalten ein, Erweiterungen werden angestrebt. Die Erfahrungen mit der eigenen Mutter prägen die persönlichen Ziel- und Wachstumsvorstellungen. Manche möchten unbedingt so werden, wie die eigenen Mütter gewesen sind, andere wollen das eigene Mutterbild unbedingt vermeiden und später mit ihren Kindern ganz anders umgehen. Ob das gelingt, hängt noch von vielen anderen Faktoren ab. Die Wirkung der inneren Bilder als Vorbilder, zum Teil als Idealbilder, ist nicht zu unterschätzen.

{206} Das ist die Geschichte des Teiles der Persona, die Mutter ist. Das mir von meiner Mutter gezeigte Verhalten im Hinblick auf Mütterlichkeit wird ein Teil meiner Persona. Ich lerne und übernehme diesen relativ willkürlichen und auch zufälligen Ausschnitt aus der allgemeinen Mütterlichkeit, den meine Mutter in ihrem Leben verwirklichen konnte. Das Verhaltensmuster und Rollensystem stabilisiert sich durch die verinnerlichten Mutterbilder, die von diesem Vorbild abgeschaut und eingepreßt worden sind. Zugleich setzt aber die Gegenbewegung vom Unbewussten ein und ergänzt jenes notwendigerweise einseitige äußere und innere Mutterbild im Sinne einer Vervollständigung. Eine solche Vervollständigung ist immer situationsbezogen. Es geht nicht um eine allgemeine, sondern um eine spezifische Vollständigkeit. Spezifisch vollständig heißt, dass die kompensatorische Tendenz in direktem Bezug zu dem steht, was zurzeit gelebt wird, nicht gelebt werden kann oder eigentlich gelebt werden müsste. Insofern stellt das eingeeengte und introjizierte Mutterbild auch den Anreiz zu seiner Ergänzung dar. Es ist ein wichtiger Stimulus für die weiteren Entwicklungsprozesse. Infolge dieser Selbstregulierung relativieren sich auch die Begrenzungen von Eltern und Familien. Deswegen ist es nicht unbedingt problematisch, wenn ein verengtes Mutterbild vorliegt, sofern die spontanen und zielgerichteten Kompensationsprozesse nicht behindert werden. Begrenzungen sind unvermeidbar, weil Eltern nicht vollkommen sind. Dienen sie als Anreiz der weiteren und sich zunehmend vervollständigenden Entwicklung der Kinder, so haben sie ihre Funktion erfüllt.

{207} Außer diesen Selbststeuerungs- und Kompensationsprozessen der Psyche ist in diesem Zusammenhang die Instanz des Gewissens und der dort verinnerlichten Normen zu bedenken. In den ersten beiden Kapiteln war schon mehrfach darauf verwiesen worden. Solche Normen können vorschreiben, dass wir uns nicht verändern dürfen, sondern unsere Eltern als Ideal ansehen müssen. Es ist uns nicht erlaubt, die Eltern zu kritisieren. «Was Eltern tun, ist wohl getan.» Bin ich mit einem so starren Normsystem ausgestattet und von einem entsprechend schlechten Gewissen belastet, wenn ich mich von diesem Verhalten entferne, so werden die lebenserhaltenden Kompensationsprozesse unterbunden. Ich meine dann immer, ich müsste so sein, wie meine eigenen Eltern waren, und verbiete es mir, auf das zu hören, was sich in meinem Leben verändern möchte. Solche Veränderungen sind immer Abweichungen von dem, was mir vorgelebt wurde.

{208} Vater und Mutter sind somit äußere und innere Positionen, reale Menschen und archetypische Bilder. Sie bieten Anreize zu persönlichen Entwicklungs- und Ergänzungsprozessen und sind in das Spiel der Gegensätze zwischen Sozietät, Zeitgeist und allgemeiner menschlicher Möglichkeit hineingestellt. Da jede Elternfigur nur einen begrenzten Ausschnitt dessen, was Eltern möglich ist, darstellt, ist sie immer eine Herausforderung und zwar in dem Sinne, dass sie Erweiterungen in der Psyche des Kindes anregt. Was das Kind an Väterlichkeit und Mütterlichkeit von den realen Eltern übernommen hat, das ist Persona. Was sich dann im Laufe der Entwicklung an Ergänzungs- und Erweiterungsprozessen abspielt und ebenfalls in das väterliche und mütterliche Verhalten aufgenommen wird, ist weitgehend individuelle und persönliche Väterlichkeit bzw. Mütterlichkeit.

{209} Der Prozess der Unterscheidung zwischen der Persona und der eigentlichen Persönlichkeit ist ein lebenslanges Geschehen. Und es wird sich immer wiederholen: meine individuelle Väterlichkeit ist für meine Kinder ein willkürlicher Ausschnitt aus der kollektiven Psyche, den diese ihrerseits zu einer individuellen Väterlichkeit sowohl in ihrer Beziehung zu den eigenen Kindern als zu sich selbst verwandeln müssen.

Kindsein (siehe auch Kapitel 9)

{210} Unsere Zeit wird als das Zeitalter des Kindes bezeichnet. Verglichen mit anderen Abschnitten der Kulturgeschichte betrachten wir in der Tat das Kind als ein Eigenwesen und nicht als kleinen Erwachsenen. Diese Entwicklung begann mit der Renaissance. Doch zeigen die Erziehungspraktiken des vergangenen Jahrhunderts, dass Kinder keineswegs immer kindgemäß behandelt und erzogen wurden. Vielmehr wurde vorausgesetzt, dass sie schon voll über Fähigkeiten der Selbstdisziplin und Konzentration verfügten, die auch Erwachsenen noch Mühe machen. Durch Lob und Strenge war das Kind dazu zu zwingen, diese Fähigkeit auch anzuwenden und sich «Kindereien» nur in beschränktem Maße zu erlauben. Wir denken darüber heute anders. Einzelne psychologische Disziplinen, wie die Entwicklungspsychologie, die pädagogische Psychologie, die Lerntheorien und die Psychoanalyse, haben ein umfangreiches Wissen zur Verfügung gestellt, das ein völlig anderes Bild des Kindes vermittelt. Wir wissen inzwischen auch, dass sich das menschliche Ich nur sehr langsam entwickelt und seine Funktionen erst nach und nach reifen. Zum Beispiel kann erst mit dem dritten oder dem vierten Lebensjahr eine bewusste Kontrolle der Muskulatur so ausgeübt werden, dass das Kind sauber ist. Die Entwicklung des Ich ist störrisch. Frühe Störungen der Ich-Entwicklung sind an schweren klinischen Zustandsbildern, wie sie unter dem Borderline-Syndrom (19) zusammengefasst werden, wesentlich beteiligt. Trotz dieses veränderten Bildes ist die Stellung des Kindes im Familiensystem auch heute noch eine besondere und von den anderen deutlich abgegrenzt. Die Position des Kindes ist die eines abhängigen, über lange Strecken hilflosen und ohnmächtigen Wesens, eines Untergeordneten, der um Erlaubnis fragen und sich ungewöhnlich viel Kritik gefallen lassen muss. Einschlägige Untersuchungen in Kindergärten und Schulen haben gezeigt, dass bis zu 90% aller Äußerungen der Erziehungspersonen kritischen, verbotenden oder befehlenden Inhaltes sind. Verständlicherweise erleben sich auch die Kinder selbst dann als sehr abhängig und in ihrem Bewegungsspielraum eingeschränkt.

{211} Im Familiensystem ist die Position des Kindes und seine Rolle ziemlich genau definiert: Ein Kind soll lieb sein, soll sich anpassen, soll nicht stören, soll möglichst gut lernen, soll mit anderen Kindern gut auskommen, soll für die Familie besonders vor der Nachbarschaft und vor den Verwandten keine Schande sein, soll diesem oder jenem Verwandten keineswegs ähnlich werden, soll schlechte Eigenschaften des einen oder anderen Partners nicht verwirklichen, soll möglichst in seinem Erbgut nur solche Voraussetzungen mitbringen, wie sie beide Eltern idealerweise wünschen und soll nicht zuletzt viele unerfüllt gebliebene Wünsche seiner Eltern verwirklichen. Wie weit solche Wünsche gehen, zeigt sich dann besonders in der Pubertät und bei der Berufswahl oder in der Diskussion eines Übertritts zu weiterführenden Schulen und zur Universität. Für viele Eltern ist es einfach nicht denkbar, dass ihr Kind keine akademische Laufbahn einschlägt. Bei solcher narzisstischen Verlängerung des elterlichen Selbst werden die Kinder überhaupt nicht mehr als eigene Wesen gesehen. Sie sind weiterführende Instanzen der elterlichen Entwicklungslinien. (20) Auch für das Kindsein gibt es Normwerte. Bei der Feststellung «Er ist gar kein richtiges Kind» verwenden wir sie unbewusst als Maßstab. Normen sind inhaltlich schwer zu definieren, Abweichungen sind leichter feststellbar. Trotzdem verfügen wir über ein bestimmtes Bild des «normalen Kindes». Das hat den Vorteil, dass wir instinktiv merken können, dass ein Kind Verhaltensstörungen hat. Andererseits ist damit die Gefahr verbunden, dass ein Kind auf diesen Normalfall hin dressiert wird. Das ist besonders dann problematisch, wenn dieser Normalfall in bestimmten Familiensystemen eng eingegrenzt und entsprechend armselig definiert wird. In der kinderpsychotherapeutischen Sprechstunde werden viele Kinder vorgestellt, die ängstlich, gehemmt, brav, extrem leistungsbezogen und entsprechend gestört sind. Die Gegenposition dazu nimmt der Ausbrecher ein, der sich zwar mit

den Anpassungsnormen nicht abfinden, aber auch keine eigene Lösung erkennen kann. Die von BERNE begründete Transaktionsanalyse hat das «angepasste Kind» sogar als ein psychisches Strukturkonstrukt in ihre Theorie übernommen. (21)

{212} Jeder hat solch ein angepasstes, lieb und gehorsam sein wollendes Kind als Motor vieler Verhaltensweisen in sich. Auf diese Weise wiederholen sich tagtäglich alle Einengungen so, wie wir sie von unseren Eltern übernommen haben. Wir verinnerlichen nicht nur Elternbilder, sondern auch schon sehr früh Bilder des Kindes: des guten Kindes, das bei seinen Eltern bleiben darf, und des bösen Kindes, das im Krankenhaus wieder ausgetauscht wird oder ins Erziehungsheim kommt. Jedem von uns sitzen panische Schrecken in den Gliedern, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Diese setzen sich, psychodynamisch formuliert, in die psychische Struktur um und stellen konstante Dominanten unseres Verhaltens und seiner Störungen dar. Diese «Kinderbilder» werden zu Vor-Bildern, nach denen wir auch noch als Erwachsene unbewusst unser Verhalten ausrichten. Die analytisch-psychotherapeutische Situation beschäftigt sich manchmal jahrelang mit dieser Problematik, weil nicht nur diese Kinderbilder, sondern vor allem die damit verbundenen schweren Ängste gespeichert und jederzeit aktualisierbar sind.

{213} Zur Position des Kindes gehören also verschiedene Rollen, die darüber hinaus noch geschlechtsspezifisch differenziert werden müssen. Wir wissen nicht nur, was ein richtiges oder normales Kind ist, wir haben auch Vorstellungen vom «richtigen Mädchen» und «richtigen Jungen». «Ein richtiger Junge weint nicht, er ist mutig und tapfer» usw. Immer wieder wurde auf die schwer wiegenden Folgen in der gesamten Männlichkeitsentwicklung hingewiesen. Trotzdem bleiben diese Bilder erhalten. In fataler Weise prägen solche Positionen und Rollen unsere Lesebücher. Gerade die Schulanfänger, die noch sehr prägsam sind, werden mit diesen konventionellen Rollen und einer entsprechenden antiquierten Persona immer wieder konfrontiert. Das Mädchen hilft der Mutter in der Küche, der Bub dem Vater beim Autowaschen oder beim Werken, so weiß es das erste Schulbuch. Das wird mit einer so dreisten Sicherheit dargestellt, dass man meint, die Verfasser dieser Lehrbücher seien von keiner Kenntnis der Problematik solcher Fragen getrübt. Kinderbilder, Vaterbilder und Mutterbilder des vergangenen Jahrhunderts reihen sich auch im Jahre 1981 tragischkomisch aneinander. So verinnerlicht der kleine Junge das Vorbild des richtigen Jungen, das kleine Mädchen das Vorbild des richtigen Mädchens. Damit sind vielfältigste Konflikte zwischen Rolle und Persönlichkeit vorgegeben, da die Zeitströmungen in andere Richtungen weisen. Beide Geschlechter bemerken rasch, dass sie nur bedingt in diese Rollenbilder hineinpassen. Das damit verbundene Gefühl, den Eltern nicht mehr zu gehorchen, ihren Wünschen nicht länger zu entsprechen, «nicht okay» zu sein (22), das Gefühl des Unzureichenden und der Minderwertigkeit prägen sich ein und bleiben oft ein Leben lang bestehen. Die Bereitschaft vieler Frauen, sich ihren Männern unterzuordnen, hängt nicht zuletzt damit zusammen, dass ihnen das Mädchensein als minderwertiger im Vergleich zum Jungensein vorgestellt wurde. Ihre Lebensberechtigung erhalten sie dadurch, dass sie den Brüdern oder den Vätern dienen. Umgekehrt gibt es inhaltliche Definitionen der Rolle des Jungen, der nur dann ein richtiger Mann ist, wenn er sich der Mutter gegenüber ritterlich und zuvorkommend verhält. Er soll all das ausgleichen, was sie bei ihrem Mann vermisst. Leicht ließe sich Beispiel an Beispiel reihen, ich muss den Leser bitten, aus seiner persönlichen Erfahrung das weitere zu ergänzen.

{214} Wenn wir über Kindsein nachdenken, bezogen auf vorgegebene Rollen, so muss auch das Kindbleiben bedacht werden. Die Angst, mit welcher erwachsene Männer und Frauen ihren Eltern gegenüber reagieren, ist manchmal geradezu grotesk. Der selbstverständliche Sonntagskaffee im Kreise der elterlichen Familie ist in vielen jungen Ehen ständiger Anlass zu Streit. Entweder ist es der Mann oder die Frau, die auf diesen Sonntagskaffee nicht verzichten will oder die damit verbundenen eigenen Ängste und Vorwürfe seitens der Eltern nicht aushält. Auch gilt es als selbstverständlich, dass Kinder ihre Eltern über die wesentlichen Dinge ihres Lebens informieren, sie wenigstens einmal pro Woche anrufen und anderes mehr. Mit größter Selbstverständlichkeit wird dies als Rolle, die das Kind zu erfüllen hat, von den Eltern vorausgesetzt. Hier zeigt sich noch einmal die praktische Bedeutung der eingangs erwähnten Definition, nach der Rollen die Summe der mit ganz bestimmten Positionen zusammenhängenden Tätigkeiten und Erwartungen darstellen. Diese muss ich einfach erfüllen, wenn ich in eben dieser Rolle anerkannt werden will. Das ist dann allerdings meine persönliche Entscheidung. Mit dem Aussteigen aus solchen Rollen sind ernsthafte Schwierigkeiten verbunden. Nur wenn Kinder familiäre Konflikte in Kauf nehmen, die bis zu Enterbungen gehen können, wird es möglich sein, das Kindbleiben zu beenden. Formal lässt sich an der Tatsache, dass ich Sohn oder Tochter dieses oder jenes Ehepaares bin, nichts ändern. Auch in juristischer Hinsicht bleiben diese Rollen festgeschrieben. Vielleicht ist es deshalb so schwierig, sie psychologisch zu verlassen und nur noch als formale Elemente des Lebens anzusehen. Das muss keineswegs heißen, dass ich gewisse soziale Verpflichtungen und Verantwortungen gegenüber den Eltern ablehne.

{215} Mag es auch häufig so sein, dass das Kindbleiben von den Eltern her gefördert wird, kann ein entsprechender Wunsch bei den erwachsenen Kindern keinesfalls übersehen werden. Leider ist es eine Illusion anzunehmen, dass wir alle erwachsen wären. Viele kindliche Haltungen, insbesondere Erwartungshaltungen, dominieren unser Leben. Es ist auch bequem, davon ausgehen zu können, dass ein anderer mich schützt und mich versorgt. Bei Ehepaaren, die eine Beratungsstelle aufsuchen, ist häufig der Wunsch zu hören, beim Partner Geborgenheit zu finden. Der Wunsch nach Geborgenheit ist zweifellos ein menschliches Urerlebnis und motiviert viele soziale und politische Handlungen. Die existentielle Angst plagt uns, und wir versuchen, ihr durch den Aufbau umfassender sozialer Sicherungen für den Fall von Krankheit, Alter oder Arbeitslosigkeit auszuweichen. Aber das Ausmaß der Geborgenheitswünsche, wie sie oft an den Ehepartner herangetragen werden, entspricht selten den realen Risiken eines erwachsenen Lebens, sondern

entspringt einer diffusen kindlichen Angst vor einer Welt, der es sich noch nicht gewachsen fühlt. Wenn es dem einen Partner zum Beispiel nicht möglich ist, abends allein in der Wohnung zu bleiben, ohne dass alle Lichter angeschaltet sind, so kann man nicht mehr von einer einfühlbaren und der Realität entsprechenden Angst eines erwachsenen Menschen sprechen. Hier hat ein ängstliches Kind einen Partner geheiratet, der ihm das Gefühl vermittelte, ich schütze dich und sichere deine Existenz, du brauchst dir keine Sorgen zu machen, denn ich gleiche die Defizite deines Lebens wieder aus. Ein solches, meist völlig unbewusst gemachtes Angebot, wirkt zunächst großzügig, zeigt aber auch ein anderes Gesicht. Damit wird ein System gegenseitiger Abhängigkeiten aufgebaut. Der Ungeborgene braucht den, der ihn schützt, und der Schützende braucht den Ungeborgenen, um seine Stärke zu spüren. Keiner darf aus dieser Begrenzung seiner Persönlichkeit aussteigen, der eine schreibt das Verhalten des anderen fest. Beide Partner fixieren sich in ihren Rollen. Dass solche Beziehungen früher oder später in eine Krise geraten, ist vorhersehbar und wahrscheinlich auch wünschenswert. In der Neurosenpsychologie sprechen wir zum Beispiel von oralen Abhängigkeitswünschen, die sich mit depressiven Verstimmungen verbinden. Dem Partner wird signalisiert «Ich {216} kann nicht allein leben» oder «Wenn du mich verlässt, bringe ich mich um». Diese Äußerungen, verbal oder nicht verbal, sind häufiger, als man gemeinhin annimmt. In jeder Partnerschaftskrise zeigt es sich immer wieder, dass solche aus der Kindheit beibehaltenen infantilen Einstellungen in zunehmendem Maße als störend, einengend und belastend empfunden werden. Aber gibt es eine Alternative? Viele rufen nach größerer Freiheit und Selbständigkeit. Sie sind nicht bereit, das Risiko der Freiheit, der einsamen Entscheidung wie überhaupt der damit verbundenen Einsamkeit auf sich zu nehmen. Meist lautet die Devise: Lass mich machen, was ich will, aber schütze mich und erhalte mir meine Geborgenheit. Der uralte Wunsch, das eine und das andere, den Fünfer und das Weggli, wie in der Schweiz gesagt wird, zu bekommen, zeigt sich hier wieder. Erik BERNE spricht davon, dass wir alle dazu neigen, «auf den Weihnachtsmann zu warten» und zu hoffen, dass er in seinem Sack genau das mitbringt, was wir uns wünschen. (23) Wenn ich meine Patienten frage: «Was wollen Sie? Was ist Ihr Ziel? Was sind Sie in dieser Situation bereit zu tun? Welches Risiko sind Sie bereit auf sich zu nehmen?», so besteht die Antwort meistens in einem Verstummen, einem Achselzucken oder einem resignierten Gesicht. Wir wissen häufig nicht mehr, was wir wollen.

{217} Wir wissen zwar sehr genau, was man von uns will, wir kennen unsere Verpflichtungen und die Wünsche unserer Partner oder unserer Verwandten, aber was wollen wir selbst? Die schon eingangs erwähnte Unterscheidung zwischen Persona und unbewusstem Selbst erweist sich als eine äußerst hilfreiche Fragestellung. Nach C. G. Jung ist die bewusste Persönlichkeit erst einmal weitgehend mit der Persona identisch. Eine nähere Analyse zeigt aber, dass das mit der eigentlichen Persönlichkeit noch wenig zu tun hat. Oft wird erst im analytischen Prozess deutlich, in welchem Ausmaß ich noch mit Wünschen, Meinungen und Forderungen meiner Umgebung identifiziert bin und in welchem Ausmaß ich den entsprechenden Kontakt zu meinem wahren Selbst verloren oder noch nicht gefunden habe. Ich bin wirklich nur Persona, und vor diesem Hintergrund ist es zu verstehen, dass C. G. JUNG die Persona auch als Maske bezeichnet hat und sagt: «Im Grunde genommen ist die Persona nichts (Wirkliches). Sie ist ein Kompromiss zwischen Individuum und Sozietät über das, <als was einer erscheint>. Er nimmt einen Namen an, erwirbt einen Titel, stellt ein Amt dar und ist dieses oder jenes. Dies ist natürlich in einem gewissen Sinne wirklich, jedoch im Verhältnis zur Individualität des Betreffenden wie eine sekundäre Wirklichkeit, eine bloße Kompromissbildung, an der manchmal andere noch viel mehr beteiligt sind als er.» (24)

{218} Im Einzelfall wirkt eine solche Erkenntnis manchmal wie ein Schock. Was ich für meine religiöse Überzeugung gehalten habe, erweist sich als ein für mich eigentlich noch kaum verstehbarer Glaubenssatz der Kirche. Wie sieht aber meine persönliche, meine unmittelbare Gotteserfahrung aus? Welchen Teil des Gottesbildes, das mir die Kirche vermittelt hat, kann ich persönlich wirklich erleben, auf welchen Gott mich beziehen? Das gilt auch in anderen Zusammenhängen, etwa im Bereich sozialer Utopie und politischer Programme, im Hinblick auf Einstellungen zu Familie und Gesellschaft, vielleicht zum Leben überhaupt. Vielen Menschen wird diese Problematik nie bewusst, einigen umso schmerzlicher. Diese sind dann von innen her aufgerufen, sich um ihr wahres Selbst zu kümmern und herauszufinden, wie sie zu diesen großen kollektiven Themen, an denen sie selbstverständlich auch teilhaben, persönlich Stellung beziehen wollen. Die Frage «Was willst du, was will ich?» kann man sich nicht oft genug stellen. Sie verliert nie ihre anregende und provozierende Kraft. In diesem Sinne sind Freiheit, Selbstverantwortung und Selbstverwirklichung zu verstehen. Ausgangspunkt solcher Prozesse ist die Persona.

{219} Aus der Fülle der Möglichkeiten, Kind zu sein, sei nur noch eine Dimension erwähnt: die Rolle des Kindes für seine Eltern. Junge Paare wissen von besorgten Fragen zu berichten, wenn sie nach einigen Jahren noch kein Kind haben. Sie wissen auch, dass es als Egoismus gilt, wenn sie beide nur Geld verdienen wollen und die Wohnungseinrichtung oder das Reihenhaus höher bewerten als ein Kind. Die Position des Kindes hat im familiären System einen bestimmten Stellenwert. FREUD hat vermutet, dass für viele Frauen das Kind Ersatz für den ersehnten, aber nie vorhandenen Penis ist. Erst wenn sie ein Kind geboren haben, fühlen sie sich dem Manne, der als Penisträger definiert wird, ebenbürtig. Das Defizit der Weiblichkeit ist damit ausgeglichen. Einen Sohn geboren zu haben, kann ebenfalls den Wert einer Frau erhöhen. Wenn Großeltern endlich ein Enkelchen haben wollen oder die junge Frau ihr Püppchen, dem sie niedliche Sachen kaufen kann, und der Mann seinen Nachfolger im Geschäft, wo bleibt da der eigene Wert des Kindes? «Kinder gehören doch einmal dazu, sonst seid Ihr keine Familie!»

{220} Kindsein hat viele Dimensionen. Sie werden von außen und von innen definiert. Kindsein ist eines der großen Kapitel unseres Lebens. Weitere, insbesondere die archetypischen Dimensionen, werden in Kapitel 9 näher beschrieben.

Zwang und Schutz

{221} Ein Leben ohne die Übernahme von Rollen ist nicht denkbar. Die Sozialpsychologie definiert den Menschen sogar als Schnittpunkt von verschiedenen Rollen. Als man die volle Tragweite der Rollendimension zu erkennen begann, wurde die Persönlichkeit als Ganzes mit den verschiedenen, von einem Menschen in Vergangenheit und Zukunft übernommenen Rollen definiert. Der inzwischen berühmt gewordene Satz von WATZLAWICK u.a. «Man kann nicht nicht kommunizieren» (25) kann hier in abgewandelter Form formuliert werden: Man kann nicht keine Rolle spielen. Noch ehe ich auch nur Ansätze eines eigenen Bewusstseins und Ichs entwickle, sind mir die verschiedensten Rollen zugeordnet worden. In jedem Falle übernehme ich, auch wenn es mich in diesem vollen Sinne noch gar nicht gibt, als Säugling die Rolle eines Kindes dieser Familie und dieser Eltern. Damit ist eine ganze Fülle von Vorstellungen, die diese beiden Menschen mit einem Kind verbinden, auf mich übertragen. Das erste, dessen ich überhaupt gewahr werde, hat schon mit solchen Rollenerwartungen an mich zu tun. Insofern bin ich als Kind zugleich eine von den verschiedensten Dimensionen gekennzeichnete Rolle. Ich habe gar keine andere Wahl. Die kindliche Abhängigkeit und die Hilfsbedürftigkeit muss ich erleben, nur Göttern ist es gegeben, schon als Kinder Heldentaten zu vollbringen und unabhängig zu sein. Mag in diesen großen Mythologemen auch die hohe Potenz des Selbst, die im Kind vorhanden ist, dargestellt sein, in meinem Leben bleibe ich zunächst abhängig und ohnmächtig.

{222} Wenn wir als Erwachsene von «Sachzwängen» sprechen, wenn wir unter den einseitigen Anforderungen und Belastungen des Berufslebens leiden, mit unserer Rolle in der Familie nicht mehr zurechtkommen oder ein zunehmendes Unbehagen in der Beziehung zu unseren Eltern spüren, dann erleben wir etwas von der eisernen Härte einer Rolle, gegen die wir vielleicht ankämpfen, wohl wissend, dass wir sie nicht verlassen können. Ich glaube, dass die Sehnsucht vieler Menschen nach Befreiung von den Zwängen des Arbeitslebens mit diesen manchmal kaum noch erträglichen Rollenzwängen zu tun hat. Gerade der Psychotherapeut kann es sich nicht oft genug klarmachen, wie unabweisbar hart die Rollenvorgaben in diesem Leben sind. Ich habe keine Wahl, ich muss ohnmächtig und hilflos sein, weil dies zum Kindsein gehört. Auch meinen physiologischen Reaktionen bin ich ohnmächtig ausgeliefert, bis ich sie langsam nach Maßgabe der Reifung des Nervensystems beherrschen lerne.

{223} Wie brutal die Rollenvorgaben der modernen Leistungsgesellschaft sind, ist inzwischen genügend bekannt. Die Suche nach einem alternativen Leben ist eng mit dem Wunsch verknüpft, sich von diesen Rollenzwängen zu befreien. Aber erst als Erwachsene werden wir gewahr, wie gering und mit zunehmendem Alter weiter abnehmend unsere Wahlmöglichkeiten sind. Unsere Moral schreibt uns zudem vor, nach Möglichkeit nur einmal zu heiraten und dann treu unsere übernommenen Verpflichtungen einzuhalten. Die wirtschaftlichen Gegebenheiten, das Eintrittsalter und die Eintrittsforderungen in verschiedene Weiterbildungen, um nur noch zwei Beispiele zu nennen, zwingen dazu, Rollenzwänge auf Dauer zu akzeptieren, von denen wir vielleicht bald wissen, dass wir ihnen nur sehr bedingt entsprechen können und wollen. Und die bittere Erkenntnis, im Arbeitsleben nach Erreichen des 40. Lebensjahrs kaum noch Chancen zu nennenswerten Veränderungen zu haben, ganz abgesehen davon, dass man dann meistens keinen neuen Beruf mehr erlernen kann, ist auch für Menschen deprimierend, die aufgrund ihrer persönlichen Struktur nicht zu Depressionen neigen. Tatsache ist doch, dass ich damit 25 Jahre von den bestenfalls 50 Jahren des Berufslebens ohne Möglichkeit zu nennenswerten Veränderungen bin. Dabei lasse ich noch unberücksichtigt, dass häufig nicht einmal unmittelbar nach einer getroffenen Berufswahl noch größere Chancen in dieser Hinsicht bestehen. FREUD hat den Prozess der Ich-Einengung als einen Abwehrmechanismus beschrieben. (26) Ich glaube, dass angesichts der Rollenzwänge und der im Grunde absoluten Vorgaben des Rollensystems

{224} vielen Menschen gar keine andere Wahl bleibt. Jüngst ist mir das bei der therapeutischen Begleitung einer Architektin besonders klar geworden. Der Architektenberuf scheint vielfältigste Möglichkeiten der persönlichen Entfaltung und der künstlerischen Gestaltung zu bieten. Kunst- und Bauzeitschriften unterstützen dieses Berufsbild. Studium und Weiterbildung hatten in ihr die Hoffnung genährt, in der Arbeitswelt auch entsprechend reiche Möglichkeiten zu finden. Die wirtschaftliche Situation, die Tendenz zum rationellen und großflächigen Bauen führen aber dazu, dass die persönliche schöpferische Tätigkeit eines Architekten in einem Ausmaß eingeschränkt ist, wie es sich zumindest diese Frau nicht vorgestellt hatte. Wäre sie nicht so ich-stark und außerdem in der Lage, mit solchen Konflikten einigermaßen umzugehen, hätte der Eintritt in ein Planungsamt den persönlichen Zusammenbruch zur Folge gehabt. Der nicht in diesem Bereich Tätige kann sich nicht vorstellen, mit welcher Eintönigkeit gearbeitet werden muss und wie groß das Ausmaß der festgeschriebenen Randbedingungen dieses Berufes ist. Diese Frau weiß auch, dass sie noch 30 Jahre in ihrem Beruf vor sich hat. Die Möglichkeiten, ihre Tätigkeit zu verändern, sind gering. Ähnliches ließe sich über viele Berufe sagen. In gewisser Hinsicht ist dieses Bild fatal. Andererseits muss dabei bedacht werden, dass nicht allein die Berufs- und Arbeitspositionen als Rollen das Leben ausmachen. Allerdings beherrschen sie einen großen Bereich der zur Verfügung stehenden Zeit und Kraft.

Rollenbezug

{225} Jeder muss sich mit seinen Rollen arrangieren. Um von den Eltern geliebt zu werden, muss sich das Kind manchmal völlig mit der von ihnen vorgegebenen Rolle identifizieren. Die Rolle des Kindes ist als «liebes Kind» definiert. Mit Hilfe intensiver Veränderungsarbeit gelingt es dem Kind, eine solche Rolle zur Zufriedenheit seiner Eltern zu spielen. Sprachen wir bei der Darstellung der Kulturschranken von einem Hineingeschraubtwerden in die Kultur, so kann das Festsitzen in den von der Kultur vorgegebenen Rollen mit dem gleichen Bild beschrieben werden. Kein Wunder, dass viele Menschen unter diesen Umständen «geschraubt» sich bewegen, geschraubt sprechen und in

komplizierten Windungen denken.

{226} C. G. Jung sah in den Identifikationen mit der sozialen Rolle ergiebige Neurosequellen. Es gibt offenbar auch hier Grenzwerte, nach deren Überschreitung Reaktionen des Organismus einsetzen. «Der Mensch kann sich eben nicht ungestraft seiner Selbst zugunsten einer künstlichen Persönlichkeit entledigen.» Bei unserem Krankheitsverständnis des neurotisch gestörten Patienten werden wir die Bedeutung der sozialen Rolle als Ursache und Wirkfaktor immer wesentlich miteinbeziehen und mitbedenken müssen. Das bezieht sich keineswegs nur auf die frühen Rollen, so wichtig sie sind, sondern auf das gesamte Sozialgefüge. Möglicherweise ist dieses Gefüge auch eine Folge der übernommenen frühen Rollen. Wir sind mehr oder weniger mit Amt -und Würde, mit Titel und Position, mit den verschiedensten Rollen von frühester Kindheit an so eng verbunden, dass es kaum noch auseinander zu halten ist, ob die Person oder der Rollenträger spricht.

{227} Andererseits ist festzuhalten, dass dieses Hineinwachsen in sozial vorgegebene Rollen eine unabweisbare Voraussetzung der Lebensfähigkeit ist. Leben spielt sich in Rollen ab. Nur die sind lebensstüchtig, die auch in der Lage sind, Rollen zu übernehmen. Ich möchte hinzufügen: die auch in der Lage sind, Rollen schöpferisch auszugestalten. Wohl wissend um die Absolutheit der Vorgabe sei wieder an das dialektische Prinzip erinnert: der absoluten Vorgabe steht das schöpferische Prinzip gegenüber, an dem wir ebenso teilhaben wie an den Rollensystemen.

{228} Für das soziale Funktionieren ist es unabdingbar, dass der Mensch über eine intakte Persona verfügt. Er hätte dieses komplizierte Bezugssystem zur Sozietät nicht im Laufe der Evolution entwickelt, wenn es dem Überleben nicht diene. Da wir sehr häufig mit den pathologischen Folgen eines Rollensystems konfrontiert werden, sind auch in diesem Kapitel die schwierigen Seiten mehr beleuchtet worden als die normalen und lebensfordernden. Ich möchte allerdings mit allem Nachdruck unterstreichen, dass die Bildung einer stabilen, der Sozietät entsprechenden Persona ein ebenso dringendes Gebot der Entwicklung ist wie die Reifung anderer Persönlichkeitsanteile. In der Therapie kommt es nicht selten darauf an, auch in diesem Bereich einen Nachreifungsprozess zu fördern. Gerade die jüngere Generation hat aufgrund der offensichtlichen Schwierigkeiten, die mit dem Rollenleben verbunden sind, ein negatives Vorurteil über das Rollenverhalten überhaupt. Anpassung an eine Rolle wird unter diesem Gesichtspunkt an sich schon für krank gehalten. Und Rolle beinhaltet ja von der Definition her eine Anpassung und einen Kompromiss mit der Sozietät. Dies sind aber die Voraussetzungen für ein lebendiges Funktionieren einer Gesellschaft. Ob diese Rollensysteme allerdings so starr sein müssen, wie sie sich darstellen, ist sehr zu bezweifeln. Hinzu kommt, dass sie auch nur dann dialektisch in einer Antithese überwunden werden können, wenn sie als These voll bekannt sind. Das Hineinwachsen in Rollen ist natürlich davon abhängig, welches Rollenangebot gemacht wird. In arbeitsorganisatorischen Zusammenhängen bestehen ziemlich gut definierte Positionen und Rollen; Kompetenzen, Tätigkeitsmerkmale, Befugnisse und Pflichten werden genau angegeben. Im allgemein sozialen und im privaten Bereich sind diese Voraussetzungen jedoch selten gegeben. Weder die Vater- noch die Mutterrolle, weder die der Ehefrau noch des Ehemannes sind klar definiert. Auch das Kind weiß häufig nicht, was in diesem oder einem anderen Zusammenhang von ihm erwartet wird. Der scheinbar so demokratische Satz «Das musst du selbst wissen» verursacht bei Kindern häufig große Unsicherheit. Wir beobachten in der Psychotherapie, dass das Über-Ich diffus ist, widersprüchliche Normen bzw. vor allem die Norm, sich keiner Norm zu unterwerfen, aufgenommen hat und deshalb dem Ich die Orientierung erschwert. Eine etwas müde und orientierungslose Haltung ist dann nicht erstaunlich.

Verfügbarkeit

{229} Bei den anfänglichen theoretischen Überlegungen war festgestellt worden, dass Rollen eine gewisse Lockerheit und Verfügbarkeit zugeschrieben werden muss. Wir können nur dann eine Rolle im guten Sinne übernehmen, wenn die Verbindung zwischen mir, dem Träger, und meiner Rolle nicht zu fest oder zu starr ist. Eine Rolle übernehmen heißt, sie auch nicht spielen zu können. Abgesehen von der Starrheit sozialer Systeme und ihrer Zwänge bleibt die prinzipielle Erkenntnis, dass die Beziehungen zwischen mir und meinen Rollen etwa der zu meinen Kleidern oder meinen Geldmitteln entspricht. In Träumen interpretieren wir deshalb auch gern die Kleider als Ausdruck der Persona. Zerrissene und zerlumpte Kleider wären ein Hinweis vom Unbewussten, dass an der Persona einiges verbessert werden sollte. Auch wenn ich Rollen über lange Zeit mit belastender Regelmäßigkeit spielen muss, sollte mir das Bewusstsein meiner Verfügbarkeit und damit auch meiner Freiheit gegenüber den Rollen erhalten bleiben. Ich muss einfach wissen, dass ich sie letztlich immer wieder aufgeben kann. Unter Umständen erscheint mir das damit verbundene Risiko zu groß. Wir haben aber heute gerade bei Jugendlichen Beispiele, wie Prioritäten anders gesetzt werden und auch von anderen Wertmaßstäben ausgegangen wird. Die Sicherheit, die mit dem konstanten Funktionieren in einem Rollensystem verbunden ist, gilt ihnen weniger als der Verlust an Beweglichkeit und Freiheit,- Das ist meist mit einem Verlust an Wohlstand und Ansehen verbunden. Gerade dies sind aber auch hoch angesehene Werte, in bestimmten Kreisen sind sie sogar absolut. Dort ist es vielleicht unmöglich, bei der Wahl des neuen Autos unter eine bestimmte Wagenklasse zu gehen. So beneidenswert es erscheinen mag, einen großen und komfortablen Wagen zu besitzen, so fatal kann der psychische Kaufpreis sein. Zunehmender Wohlstand scheint mit einer Maximierung der Rollenzwänge, die dann «gesellschaftliches Leben» heißen, verbunden zu sein. Hier kann man nicht mehr von einer Verfügbarkeit reden, denn es gibt keine Wahlmöglichkeiten mehr. Außerdem müsste zu vieles aufgegeben werden, sodass sich der einzelne meistens dafür entscheidet, in seinem Rollensystem zu bleiben und es für sich auch gut zu finden. Vorteile lassen sich überall benennen. Der bei der Besprechung persönlicher Konflikte am meisten gehörte Satz beginnt mit «Ich kann nicht ...». Meistens handelt es sich jedoch nicht um ein faktisches Nicht-Können, sondern um ein Nicht-Wollen

angesichts des damit verbundenen Risikos. Ich will nicht riskieren, dass meine Mutter einen Herzanfall bekommt, wenn ich sie mit diesem oder jenem Faktor meines Lebens konfrontiere. Mit «Ich kann nicht» definiere ich mich als abhängig, mit «Ich will nicht» als relativ frei. Zu sagen, ich will das Rauchen nicht aufgeben, weil mir die dabei auftretenden Entzugserscheinungen zu mühsam sind, ist eine akzeptablere Formulierung, als sich hinter einem «Ich kann das Rauchen einfach nicht aufgeben» zu verbergen.

{230} Sich innerlich bewusst zu halten, dass eine Trennung von Amt und Würde, von Vermögen und Einfluss möglich ist, erhält ein gewisses Maß an Freiheitsgefühl. «Ich könnte, wenn ich wollte ...» klingt anders als «Das ist einfach unmöglich». Psychotherapeutische Erfahrungen bestätigen, dass das Wissen um die Flexibilität in diesem Bereich ein Kennzeichen psychischer Gesundheit ist. Dieses Wissen lebendig zu erhalten, ist ein Kernpunkt der persönlichen Psychohygiene.

Hinweise für den Therapeuten

{231} Das Konstrukt der Persona ist ein wesentlicher Aspekt des theoretischen Systems der analytischen Psychologie. Ohne eine explizite Systematik vorzulegen, beinhaltet es die verschiedenen Aspekte der Positionen und Rollen, der entsprechenden Hierarchien, Aktivitäten und systemischen Zuordnungen, wie sie von der Sozialpsychologie, der Soziologie und der Systemtheorie erarbeitet wurden. Die Fähigkeit, innerhalb eines gegebenen Rollensystems angepasst zu funktionieren, gehört zur Vollständigkeit der Person. In einer analytischen Behandlung darf die Persona-Seite der Persönlichkeit nicht vernachlässigt werden. Bei einigen Patienten steht die Reifung der Persona sogar zunächst im Vordergrund. Gerade aus der häufig mit der Neurosen-Pathologie verknüpften Sichtweise der Persona laufen Psychotherapeuten Gefahr, diese Seite generell zu vernachlässigen oder sie überwiegend negativ zu bewerten. Eine solche Bewertung kann für den Patienten Nachteile zur Folge haben. Auch wenn wir uns nicht dafür einsetzen, dass das reibungslose Funktionieren in dem gegebenen Sozialsystem das erstrebenswerte Ziel unserer Arbeit ist, müssen wir andererseits die gewichtige Rolle der Anpassungsvorgänge bei der Entfaltung der Persönlichkeit und ihrer Einpassung in das Leben bedenken. Die Fähigkeit eines Organismus, sich einer gegebenen Umwelt anzupassen, ist eine wesentliche Voraussetzung seines Überlebens. Die Evolutionstheorie hat diese Fähigkeit mit Notwendigkeit in den Mittelpunkt des Interesses gerückt. Die einer Umwelt nicht angepassten Individuen gehen mit größter Wahrscheinlichkeit zugrunde. Ich bin mir natürlich bewusst, dass diese Sätze vielseitiger Relativierung bedürfen, die hier nicht niedergeschrieben werden kann. Ich hoffe aber, aus dem schon Mitgeteilten geht hervor, dass einer einseitigen Anpassung an ein vielleicht krankes gesellschaftliches System hier nicht das Wort geredet wird.

{232} Die Persönlichkeit, die bewusst geworden ist, und die ein Patient uns zeigt, ist häufig als seine Persona anzusehen. Sie ist ein Ausschnitt aus der seiner sozialen Gruppe und seiner Primärfamilie zugänglichen Seite der Kollektivpsyche. Dieser Zugang kann sehr einseitig sein. Die Verbindung der kollektiven Anteile mit einer zunehmenden Bewusstwerdung persönlicher Ziele, Bedürfnisse und Fähigkeiten, wie auch die damit verbundene individualisiertere Form der Rolle sind wesentliche Variablen des analytischen Prozesses. Eine theoretische Systematisierung der Persona in der analytischen Psychologie steht noch weitgehend aus (27). Die praktische Arbeit zeigt die Notwendigkeit, die Positionen von den Rollen in ihrer äußeren wie in ihrer verinnerlichten Form zu unterscheiden. Die Persona ist im Hinblick auf ihre geschlechtsspezifischen (Mann-Frau-Polarität), familiensystemischen (Vater, Mutter, Kinder, Großeltern etc.), kollektiv sozialen (Rollenvorgaben, Organisationen, Berufe) Aspekte sowie im Hinblick auf ihre absolute Gegebenheit als Existenzial des Lebens zu sehen. Die manchmal etwas leicht hingeworfenen Formulierungen, dass es darauf ankomme, sich selber zu sein, stehen in krassstem Widerspruch zu den Rollenzwängen, wie sie uns unsere Gesellschaft im einzelnen auferlegt. Ich glaube, dass wir hier unseren Patienten mit sehr viel Einfühlung und Verständnis begegnen müssen. Sie fühlen sich sonst unter einer überhöhten Forderung, der sie unter keinen Umständen nachkommen können. Ohne es direkt zu wollen, geraten wir dadurch in nicht mehr therapiewirksame Vater-Übertragungen, die zur Verinnerlichung eines neuen väterlichen Ober-Ichs oder Ideal-Ichs im Patienten führen. Der Therapeut, der sich verglichen mit vielen Patienten in einer privilegierten und freien Berufssituation befindet, wird als neues Ideal introjiziert. Dem Patienten bleibt dann das tägliche Ertragen der peinlichen Divergenz seines unverschuldeten Eingebundenseins in Sozialzwänge mit dem auch möglichen Lebensstil seines Therapeuten. Die häufig vorkommende, meistens etwas belächelte und als Identifikation interpretierte Wunschvorstellung des Patienten, auch Psychotherapeut zu werden, hat sicher noch weitere Motivierungen. Ich glaube, dass die Sehnsucht nach einem so relativ freien Leben ein bisher übersehener, aber gewichtiger Motor ist. Die Bearbeitung der Persona und damit der bewussten Persönlichkeit - für C. G. JUNG sind diese Phänomene zumindest teilweise identisch - gehört ebenso zur Analyse wie die Bearbeitung unbewussten Materials. Es besteht die Tendenz, dem unbewussten Material den Vorzug zu geben. C. G. JUNG weist immer wieder auf die Analyse der Persona hin. «Weitاً in den meisten Fällen gibt die Anpassung an die Realität so viel Arbeit, dass die Anpassung nach innen, das kollektive Unbewusste, auf lange hinaus nicht in Betracht kommt. Wird diese Anpassung nach innen aber Problem, so geht vom Unbewussten eine eigentümliche, unwiderstehliche Anziehung aus, welche die bewusste Lebensrichtung wesentlich beeinflusst. ... Es gibt nicht selten Fälle, wo man vom Unbewussten überhaupt kein Wort zu sagen hat.» (28) Die psychotherapeutische Begleitung dieses Heranwachsens zu einer intakten Persona ist zugleich die Begleitung vieler Lernprozesse, die das noch unsichere Ich zu leisten hat.

{233} Wie der Entwicklung so ist der notwendigen Wandlung der Persona immer wieder Beachtung zu schenken. Das gilt nicht zuletzt auch für die professionelle Therapeutenrolle, die weitgehend Persona-Anteile hat. Die berühmte

Tabula rasa des Analytikers ist ein Extremfall einer Persona, weil hier nichts Persönliches mehr hindurch scheinen soll. Wir wissen inzwischen, dass dieses weder ein erreichbarer noch unbedingt wünschenswerter Zustand ist. Neuere Überlegungen beschäftigen sich damit, in welchem Ausmaß gerade die Gegenübertragung, die persönliche Gefühlsreaktion wie überhaupt die Aktivität des Therapeuten in den analytischen Prozess einzubeziehen ist. Im Bereich der analytischen Psychologie ist immer ein aktiveres Vorgehen empfohlen und praktiziert worden. Auch der Analytiker ist nicht vor Routine und Erstarrung geschützt. Ich glaube, das wirksamste Gegenmittel ist seine eigene Lebendigkeit und sein eigener schöpferischer Prozess.

{234} Dabei denke ich nicht nur an schöpferische geistige Leistungen. Ein schöpferisches Leben, geleitet von den Intensionen des Selbst, scheint unumgänglich zu sein. Für manchen Analytiker kann es schon eine schöpferische Leistung bedeuten, seinen Arbeitstag zu reduzieren und weniger Therapiestunden zu geben. Es kann für ihn schwer genug sein, sich eine feste Zeit frei zu halten, in der er seinen eigenen Träumen, seiner aktiven Imagination oder seinen Gedanken nachgeht. Kollegengespräche geben Hinweise, dass es um diese Form der persönlichen Hygiene nicht immer zum besten steht. Dabei sind vielleicht soziale und familiäre Konflikte nicht zu vermeiden. Wiederum ist es C. G. JUNG gewesen, der die Härte und Unabweisbarkeit des schöpferischen Prozesses betont hat. Zu seiner Beschreibung hat er immer wieder den «inneren Dämon», seit der Antike bekannt, als passendes Bild herangezogen.

Für den Betroffenen

{235} Rollen zu übernehmen ist eine unabwendbare Gegebenheit. Insofern ist es eine normale Tatsache, dass die Rollen und meine Neigungen, die Erwartungen meiner Umgebung und meine Fähigkeiten öfters in Gegensatz zueinander geraten. Dieser Gegensatz kann so stark werden, dass ich nicht nur Unbehagen oder Minderwertigkeitsgefühle spüre, sondern zu resignieren oder gar aufzugeben beginne. Dann ist ein Zustand erreicht, an dem die mangelnde Übereinstimmung zwischen mir und meiner Rolle ein bedrohliches Ausmaß angenommen hat. Kommen körperliche Symptome hinzu, psychosomatische Magen- oder Herzstörungen beispielsweise, so sollten wir in dieses zwangsläufig ablaufende Geschehen eingreifen. Eingreifen heißt zunächst, sich bewusst zu machen, was die Rolle oder die Umgebung von mir erwartet und wer ich bin, was ich will und kann. Wer in seinen Spiegel schaut, wird erst einmal über das Gesicht, das ihn anblickt, erstaunt sein. Vielleicht bemerke ich zum ersten Mal meine resignierten Züge und meine traurigen Augen. Dieser Traurigkeit sollte ich nachgehen, sie ist ein Signal. Sie weist mir auch den Weg dorthin, wo in mir noch Quellen lebendig sind. Im Grunde weiß jeder Mensch, warum er letztlich traurig ist, auch wenn er zu diesem Wissen keinen unmittelbaren Zugang mehr hat. Ehe diese Traurigkeit als unabwendbar, die Resignation als unausweichlich bezeichnet wird, sollten wir uns dieser Führung von innen anvertrauen. Auch unsere Leistungsgesellschaft hat wahrscheinlich keine härteren Zwänge, als sie die Menschheit in den beginnenden oder auslaufenden Eiszeiten oder unter anderen harten Daseinsbedingungen schon durchgestanden hat. C. G. JUNG begründet ja die Hoffnung auf das Überleben immer wieder damit, dass in unserem kollektiven Unbewussten, in der «objektiven Psyche» Millionen von entsprechenden Einzelerfahrungen gespeichert sind, die auch in heutigen ausweglosen Situationen wieder aktiviert werden können. Dieser Speicher ist nicht in dem Sinne verfügbar, wie wir das von Computer-Programmen gewohnt sind. Aber im Sinne von Selbststeuerungsprozessen des inneren Systems beobachten wir, wie die Eigentätigkeit der Psyche Gefühle und Körperreaktionen, in Träumen und Phantasien jenes Material bereitstellt, das zur Kompensation der psychischen Notlage nötig ist. «Unser Leben ist ja dasselbe wie es seit Ewigkeiten war. Es ist jedenfalls in unserem Sinne nichts Vergängliches, denn dieselben physiologischen und psychologischen Prozesse, wie sie dem Menschen seit Hunderttausenden von Jahren eigneten, dauern immer noch an und geben dem inneren Gefühl tiefste Ahnung einer <ewigen> Kontinuität des Lebendigen.

{236} Unser Selbst als ein Inbegriff unseres lebenden Systems enthält aber nicht nur den Niederschlag und die Summe alles gelebten Lebens, sondern ist auch der Ausgangspunkt, der schwangere Mutterboden alles zukünftigen Lebens, dessen Vorahnung dem inneren Gefühl ebenso deutlich gegeben ist, wie der historische Aspekt. Aus diesen psychologischen Grundlagen geht die Idee der Unsterblichkeit legitimerweise hervor.» (29)

{237} Entwicklungsprozesse vollziehen sich in sehr kleinen Schritten. Die Beschäftigung mit den inneren Wandlungsvorgängen bedeutet auch eine Entlastung angesichts der äußeren Belastungen und Zwänge. Im Hinblick auf die Realität des Außen und des Innen ist es plausibel, dass innere Veränderungen das Gefühl von Freiheit und Verfügbarkeit genauso entstehen lassen, wie wir es auf die Außenwelt und unsere Rollenzwänge beziehen. Es ist eben nicht nur fatale Anpassung, wenn ich mich mit bestimmten äußeren Gegebenheiten besser abfinden und das damit verbundene Leid besser ertragen kann. Unser Leben ist in dieser gegensätzlichen Realität ausgespannt. Lebendige Systeme bewegen sich. Ist eine Bewegung nach außen nicht möglich, können wir fast immer eine Bewegung nach innen, zum Mikrokosmos hin, beobachten und erleben.

{238} Das starre Festhalten an bestimmten Positionen und Rollen, hierbei sei besonders noch einmal an das Kindsein und Kindbleiben erinnert, stellt eine der häufigsten und wesentlichsten Behinderungen des Lebensprozesses dar. Auch in unseren fest gefügten Rollensystemen sind es diese inneren Bedingungen, die die Festschreibung der äußeren Gegebenheiten begünstigen. Eine brave kindliche Anpassung an Sozialsysteme ist keineswegs immer gefordert. Auch hier machen wir gern den Bock zum Gärtner, verlegen die Schuld in das Außen, weil wir uns innerlich nicht in der Lage fühlen, ein eigenes Profil zu entwickeln.

{239} Rollen sind naturgegeben. Ein Stück dieser Natur ist das soziale System, in dem ich lebe. Welche Positionen habe ich, welche Rollen, Erwartungen an mich sind damit verknüpft? Welche dieser Erwartungen bin ich bereit, welche

bin ich überhaupt nicht in der Lage zu übernehmen? Ich sollte mich nicht scheuen, die Konfliktpunkte genau zu betrachten. Nur so lassen sich die Änderungsmöglichkeiten abwägen und Risiken einschätzen. Welche der rollenbedingten Konflikte sind mir zurzeit am unerträglichsten? Wo und in welcher Richtung möchte ich in dieser Hinsicht etwas verändern? Alles kostet seinen Preis, auch dieses Geschehen. Sich von der mit Macht und Einfluss verbundenen Belastung zu befreien, kostet Einfluss und Geld. Die Befreiung ist mit einer gewissen Machtlosigkeit und Einflussminderung notwendigerweise verbunden. Inwieweit bin ich mit Macht und Einfluss identifiziert und kann überhaupt nicht mehr auf sie verzichten, weil sie schon zu einem Teil von mir geworden sind oder ich ein Teil von ihnen? Dies ist ein Zustand der Entfremdung. Hier sei an Gedanken Laotse erinnert:

{240} Das Allerweichste auf Erden überholt das Allerhärteste auf Erden. Das Nichtseiende dringt auch noch ein in das, was keinen Zwischenraum hat.

{241} Daran erkennt man den Wert des Nicht-Handelns. Die Belehrung ohne Worte, den Wert des Nicht-Handelns erreichen nur wenige auf Erden. (30)

{242} Dieses Kapitel hat sich ausschließlich mit Rollenkonfigurationen und der Persona beschäftigt. Abschließend sei, um der notwendigen Balance zwischen innen und außen willen, noch eine Äußerung von C. G. JUNG angeführt, die die notgedrungene Zwischenstellung des Ich zwischen beiden Realitäten betont. Nur vor diesem Hintergrund lässt sich die Persona voll würdigen. «Da nun aber die unbewussten Faktoren ebenso bedingende Tatsachen sind, wie die Größen, die das Leben der Sozietät regulieren, und erstere ebenso kollektiv wie letztere, so kann ich ebenso gut lernen, einen Unterschied zu machen zwischen dem was ich will und dem, was mir vom Unbewussten aufgedrängt wird, wie ich sehen kann, was mein Amt von mir fordert und was ich wünsche. Zunächst sind allerdings nur die inkompatiblen Forderungen von außen und innen greifbar, und das Ich steht dazwischen, wie zwischen Hammer und Amboss. Gegenüber diesem Ich, das meist nicht mehr ist als ein bloßer Spielball der äußeren und der inneren Forderungen, gibt es aber irgendeine schwer bestimmbar Instanz, die ich unter keinen Umständen mit dem verhänglichen Namen (Gewissen) belegen möchte, trotzdem das Wort selbst in seinem besten Verstand jene Instanz wohl trefflich bezeichnen würde. ... Man tut wohl besser daran, sich zu vergegenwärtigen, dass jenes tragische Gegensatzspiel zwischen innen und außen (in Hiob und Faust als Gotteswette dargestellt) im Grunde genommen der Energetismus des Lebensprozesses ist, jene Gegensatzspannung, die der Selbstregulierung unerlässlich ist. So verschieden in Erscheinung und Vorsatz diese gegensätzlichen Mächte auch sind, im Grunde genommen bedeuten und wollen sie das Leben des Individuums; sie schwanken um dieses als der Mitte der Waage. Eben weil sie aufeinander bezogen sind, einigen sie sich auch in einem mittleren Sinne, der sozusagen notwendigerweise aus dem Individuum freiwillig oder unfreiwillig geboren und von daher von diesem auch geahnt wird. Man hat ein Gefühl von dem, was sein sollte, was sein könnte. Von dieser Ahnung abzuweichen bedeutet Abweg, Irrtum und Krankheit.» (31)

5. Vollständigkeit: Stufen und Ziele

Thesen zum Thema

{243} Mit dem Gedanken oder dem Modell einer menschlichen Entwicklung ist notwendigerweise die Vorstellung eines Zieles verbunden. Entwicklung heißt Entfaltung und Erweiterung der Persönlichkeit nach Umfang und Inhalt. Die Ich-Entwicklung führt von einem undifferenzierten Anfangszustand zur Herausbildung einzelner Ich-Funktionen und zu einem umfänglicheren, vollständigeren und funktionsfähigen Ich. Bleibt diese Entwicklung aus oder wird sie gestört, und das geschieht nicht selten, sprechen wir von Ich-Defekten oder auch strukturellen Ich-Störungen. Bestimmte Funktionen fallen aus, die Struktur ist brüchig und hat Lücken.

{244} Die Evolution der Arten führte zu einem immer umfänglicheren Organismus; der Mensch lässt sich zum Beispiel durch Anzahl und Integration seiner psychischen Funktionen vom Tier abgrenzen. Physiologisch zeigt das Wachstum des Hirnvolumens dieses größere Inventar an Funktionen und integrierten Systemen an.

{245} Es ist anzunehmen, dass der Prozess der Vervollständigung des Menschen und eines immer umfänglicheren Organismus nicht abgeschlossen ist und auch als unendlich betrachtet werden muss.

{246} Die Vorstellung einer Ganzheit des Menschen hat sich besonders für die Psychologie als fruchtbares Denkmodell erwiesen. Die mit der Ganzheit eng verbundene Idee und Forderung einer Vollkommenheit begleitet den Menschen ebenfalls seit den Anfängen seiner Kultur. Sie treibt ihn an und ängstigt ihn.

{247} Die psychotherapeutischen Erfahrungen zeigen, dass psychische Erkrankungen wesentlich durch Abspaltungsvorgänge charakterisiert sind. Aus einem umfänglicheren Ganzen, repräsentiert durch den kindlichen Organismus, wird ein Teilbereich, ein bestimmter Komplex heraus- bzw. abgetrennt und langsam verdrängt. Er bleibt, von der weiteren natürlichen Entwicklung ausgeschlossen, entsprechend rudimentär und archaisch. Die bewusste Persönlichkeit verkleinert und verengt sich. Die Sprache kennt einen engen Standpunkt oder ein enges Herz («engherzig» und «weitherzig»). Keine psychotherapeutische Behandlung kann auf die Vorstellung einer wie auch immer zu definierenden Ganzheit verzichten. Durch dramatische Einflüsse werden Teilbereiche herausgelöst und im psychotherapeutisch geförderten Wandlungsprozess gewissermaßen wieder eingefügt.

{248} Die Auseinandersetzung mit den einzelnen, oft gegensätzlichen Tendenzen und Funktionen macht die Arbeit an der Ganzheit der Persönlichkeit aus. Diese Ganzheit ist nach allen heute vorliegenden klinisch-psychologischen und therapeutischen Erfahrungen weitgehend mit Gesundheit und Wohlbefinden, wenn auch nicht mit Konfliktlosigkeit verbunden.

{249} Die Ganzheit als eine Einseitigkeit, wenn auch Vollkommenheit bestimmter psychischer Funktionen unter konsequentem Ausschluss anderer zu verstehen, ist ein gefährliches Unterfangen. Sigmund FREUD hat sich mit den Folgen der Abspaltung (früh-)sexueller Lebensimpulse, Phantasien und Wünsche befasst. Er konnte den Zusammenhang dieser Prozesse mit den neurotischen Störungen überzeugend nachweisen. Die Ganzheit in einem negativen, weil einseitig aufgefassten Sinn ist eine Illusion. Die Verdrängung, Verleugnung und Nichtanerkennung psychischer Teilsysteme verursacht trotz des scheinbar einheitlichen Bewusstseins einen Zustand der Gespaltenheit und der zerbrochenen Ganzheit. Infolge der Selbststeuerung lebender Systeme sind hier immer kompensatorische Prozesse zu erwarten, die auf eine erneute Angliederung der ausgeschlossenen Funktionen hinzielen.

{250} Nach Auffassung der analytischen Psychologie ist die Ganzwerdung ein naturgegebener Prozess, der auch dann abläuft, wenn sich der Mensch dieser Entwicklung bewusst verweigert. Kulturelle Ideale wie etwa Sparsamkeit oder selbstlose Pflichterfüllung begünstigen die Abspaltung und die Illusion, auf diese Weise eine Art Vollkommenheit zu erreichen, die in Wirklichkeit keine ist. Vollkommenheit und Vollständigkeit schließen einander aus. Wer es mit der Sparsamkeit zur Perfektion gebracht hat, wird mit Großzügigkeit wenig anzufangen wissen. Wessen Leben ausschließlich der Pflichterfüllung gewidmet war, der weiß wenig von Phantasie und Spiel. Wie immer man Vollkommenheit definieren mag, sie bedeutet in ihrer Einseitigkeit, dass der Betreffende eine Hälfte seines Lebens verpasst hat.

{251} Die Ganzheit der Person ist an die Vollständigkeit des psychischen Funktionsinventars gebunden. Das Ideal der Vollkommenheit beruht auf der Vorstellung eines Ausschlusses unerwünschter Antriebe und Vorstellungen. In der Erziehung heißt das: «So etwas darf man nicht einmal denken» oder «Pfui, du mit deiner schmutzigen Phantasie». Rein zu sein, heißt makellos zu sein. C. G. JUNG nennt dies einen Menschen ohne Schatten.

{252} Weder der Intellekt allein noch das Gefühl allein führen zur Ganzheit. Weltbilder ermöglichen nur ein einseitiges Leben. Wie dem Intellekt das Gefühl verdächtig ist und von ihm abgewertet wird, so entwertet eine Verabsolutierung des Gefühls alles, was sich rationalem Denken und logischer Konsequenz verpflichtet.

{253} Auch Partnerbeziehungen lassen sich von einem ganzheitlichen Denkmodell her verstehen: es gibt weder einseitige Männlichkeit noch entsprechende Weiblichkeit. Mann wie Frau tragen gegengeschlechtliche Anlagen in sich. Der «vollständige Mensch» verfügt auch über entwickelte gegengeschlechtliche Fähigkeiten, ohne deshalb seine geschlechtliche Identität zu verlieren. Das Mythologem des Hermaphroditen, des einen, zwiesgeschlechtlichen Wesens, drückt diese Ganzheitstendenz als geeinte Zwiennatur aus. (1)

{254} Ein ganzheitliches Menschenbild ermöglicht es, mit Andersdenkenden, seien sie innere Stimmen oder äußere soziale Gruppen, in Toleranz und Frieden zu leben, «denn alles Gelingen beruht auf der Wirkung gegenseitiger

Anziehung». (2)

C. G. Jung zu diesem Thema

{255} «Das Minderwertige und selbst das Verwerfliche gehört zu mir und gibt mir Wesen und Körper, es ist mein Schatten. Wie kann ich wesenhaft sein, ohne einen Schatten zu werfen? Auch das Dunkle gehört zu meiner Ganzheit, und indem ich mir meines Schattens bewusst werde, erlange ich auch die Erinnerung wieder, dass ich ein Mensch bin wie alle anderen. Auf alle Fälle wird mit dieser zunächst schweigenden Wiederentdeckung der eigenen Ganzheit der frühere Zustand, aus welchem die Neurose, d. h. der abgespaltene Komplex hervorging, wieder hergestellt.» (3)

{256} «Wenn wir aber mit dem Intellekt und seiner Wissenschaft in das wirkliche Leben treten, so erkennen wir gleich, dass wir uns in einer Beschränkung befinden, welche uns andere, ebenso wirkliche Lebensgebiete verschließt. Wir sind darum genötigt, die Universalität unseres Ideals als eine Beschränktheit aufzufassen und uns nach einem Spiritus Rector umzusehen, welcher in Ansehung der Forderungen eines völligen Lebens eine größere Gewalt der psychologischen Universalität bietet als der Intellekt allein. Wenn Faust ausruft: <Gefühl ist alles>, so spricht er das Gegenteil des Intellektes aus, und damit gewinnt er bloß eine andere Seite, aber nicht jene Totalität des Lebens und damit der eigenen Psyche, welche Fühlen und Denken in einem höheren Dritten vereinigt. ... Dieses Ziel der Totalität kann weder von der Wissenschaft, die sich Selbstzweck ist, noch vom Fühlen, das der Sehkraft des Denkens ermangelt, erkannt werden. Das eine muss sich das andere als Hilfsmittel leihen, aber ihr Kontrast ist dermaßen groß, dass sie einer Brücke bedürfen. Diese Brücke ist uns in der schaffenden Phantasie gegeben.» (4)

{257} «Seitdem (dem Zeitalter der Alchemie) aber hat die Differenzierung der Funktionen bedeutend zugenommen, wodurch die Welten auch mehr voneinander getrennt wurden. Infolgedessen wird es dem modernen Geiste nur allzu leicht, bei der einen oder ändern Funktion stehen zu bleiben und sie so nur noch teilweise zu realisieren. Es ist überflüssig zu bemerken, dass daraus mit der Zeit eine neurotische Dissoziation entsteht. - Dieser verdanken wir allerdings die weitere Differenzierung der einzelnen Funktionen sowohl wie die Entdeckung des Unbewussten, aber wir zahlen mit einer psychischen Störung. Die mangelhafte Realisierung erklärt vieles Schwerverständliche im einzelnen sowohl wie in der Zeitgeschichte. ... Die Alchemisten meinten, dass zum Werke nicht nur Laborieren, Bücherlesen, Meditieren und schließlich Geduld, sondern auch die Liebe gehöre. Wir würden heute von Gefühlswerten und von einer Realisierung durch das Gefühl sprechen. Oft handelt es sich um jenen erschütternden Übergang des Faust vom (verfluchten dumpfen Mauerloch) des Laborierens und Philosophierens zu der Offenbarung: >Gefühl ist alles<. Hierin zeigt sich allerdings schon der moderne Mensch, der es bereits so weit gebracht hat, dass er seine Welt aus einer einzigen Funktion aufbauen kann und sich darauf nicht wenig zugute tut. Die mittelalterlichen Philosophen wären allerdings kaum auf den Gedanken verfallen, dass mit der Forderung nach dem Gefühl eine neue Welt entdeckt sei. ... Für sie gab es nur ein Empfinden, Gestalten, Denken, Erkennen und Fühlen des Geheimnisses der Natur. ... Das ist es aber eben, was der Moderne riskiert: er erwacht eines Tages und merkt, dass er die Hälfte seines Lebens verpasst hat.» (5)

{258} «Das Streben nach einer Teleiosis (Vollendung) ... ist nicht nur legitim, sondern überdies eine dem Menschen angeborene Eigentümlichkeit, welche eine der mächtigsten Wurzeln der Kultur bildet. Dieses Streben ist sogar so stark, dass es zur Leidenschaft wird, die alles in ihren Dienst zieht. Man strebt natürlicherweise nach Vollkommenheit in irgendeiner Richtung. ... Das Individuum mag sich zwar um Vollkommenheit mühen (<Ihr nun sollt vollkommen sein wie Euer himmlischer Vater vollkommen ist>, Matthäus 5, 48), muss aber zugunsten seiner Vollständigkeit sozusagen das Gegenteil seiner Absicht erleiden. (<Ich finde also für mich, der ich das Gute tun will, das Gesetz gültig, dass das Böse bei mir vorhanden ist>, Römerbrief 7, 21).» (6) «Das Ich (macht) nie das Ganze des Menschen aus, sondern nur den bewussten Anteil. Der unbegrenzbare, unbewusste Anteil erst ergänzt ihn zur Vollständigkeit, zu einer wirklichen Totalität.» (7)

{259} «Wenn infolge einer langen ebenso technischen wie moralischen Prozedur ein auf Erfahrung beruhendes Wissen um diese Struktur und eine Anerkennung der aus solchem Wissen erfließenden Verantwortung zustande gekommen ist, so ergibt sich daraus eine Vervollständigung des Individuums, das sich hiermit der Ganzheit annähert, nicht aber der Vollkommenheit, welche das Ideal einer gewissen Weltanschauung darstellt. Im Mittelalter hat die Weltanschauung die Tatsächlichkeit überwogen in dem Maße, dass dem unansehnlichen, unedlen Blei die Möglichkeit imputiert wurde, u.U. zu edlem Golde zu werden, und dem dunklen (psychischen) Menschen die Fähigkeit zugeordnet wurde, zum lichten (pneumatischen) Menschen aufsteigen zu können. Aber wie das Blei, das theoretisch zwar Gold werden kann, in praxi doch nie dazu wurde, so hält auch der ernüchterte Mensch der neuesten Zeit vergeblich Ausschau nach der Möglichkeit einer endgültigen Vollkommenheit. Daher sieht sich auch eine objektive Betrachtung der Tatsachen, wie sie einer Wissenschaft würdig ist, genötigt, ihren Anspruch herunterzuschrauben und statt nach dem Ideal der Vollkommenheit zu streben, sich mit dem Erreichbaren einer annähernden Vollständigkeit zu begnügen.» (8)

{260} «Das Unbewusste ist ja stets das Haar in der Suppe: die ängstlich verborgene Mangelhaftigkeit der Vollkommenheit, das peinliche Dementi aller idealistischen Ansprüche, der Erdenrest, welcher menschlicher Natur anhaftet und ihre ersehnte Kristallklarheit trübt. ... Das Leben bedarf zu seiner Vollendung nicht der Vollkommenheit, sondern der Vollständigkeit. Dazu gehört der (Pfahl im Fleisch), das Erleiden der Mangelhaftigkeit, ohne welche es kein Vorwärts und kein Abwärts gibt.» (9)

{261} «Die Persönlichkeit als eine völlige Verwirklichung der Ganzheit unseres Wesens ist ein unerreichbares Ideal. Die Unerreichbarkeit ist aber nie ein Gegengrund gegen ein Ideal, denn Ideale sind nichts als Wegweiser und niemals

Ziele.» (10)

{262} Die Auseinandersetzung mit den verschiedenen Seiten der Psyche führt zu einer Situation, die «die konventionelle Hülle abgeworfen und sich zur Konfrontation mit der Wirklichkeit ohne falsche Schleier und sonstige Verschönerungsmittel gestaltet hat. Damit tritt der Mensch hervor wie er ist und zeigt das, was zuvor unter der Maske der konventionellen Anpassung verborgen war, nämlich den Schatten. Dieser wird durch die Bewusstwerdung dem Ich integriert, wodurch sich eine Annäherung an die Ganzheit vollzieht. Die Ganzheit ist keine Vollkommenheit, sondern eine Vollständigkeit. Durch die Assimilation des Schattens wird der Mensch gewissermaßen körperhaft, und damit tritt seine animalische Triebphäre sowohl wie die primitive oder archaische Psyche in den Lichtkegel des Bewusstseins, woraus sie sich nicht mehr mit Hilfe von Fiktionen und Illusionen verdrängen lässt. Dadurch wird der Mensch zu dem schwierigen Problem, das er eben ist. Diese Grundtatsache muss dem Bewusstsein gegenwärtig bleiben, will man sich überhaupt weiterentwickeln. Verdrängung führt, wenn nicht geradewegs zum Stillstand, so doch zu einseitiger Entwicklung und damit schließlich zu neurotischer Dissoziation. Die heutige Fragestellung ist nicht mehr: Wie kann ich meinen Schatten loswerden?, denn dazu hat man genug gesehen vom Fluch der Halbseitigkeit. Vielmehr muss man sich fragen: Wie kann der Mensch mit seinem Schatten leben, ohne dass eine Reihe von Unglücksfällen entsteht? Die Anerkennung des Schattens gibt Grund zur Bescheidenheit, ja zur Furcht vor dem unergründlichen menschlichen Wesen. Diese Vorsicht ist sehr angezeigt, insofern der Mensch ohne Schatten sich harmlos vorkommt, eben aus Unkenntnis seines Schattens. Wer aber seinen Schatten kennt, weiß, dass er nicht harmlos ist. ... Der Vorteil der Situation, bei allem Risiko, besteht darin, dass mit der Herausstellung der ungeschminkten Wahrheit das Gespräch auf das Wesentliche gekommen ist, und damit das Ich mit seinem Schatten nicht mehr in der Zweiheit oder Gespaltenheit verharret, sondern zu einer, wenn auch konflikthaften Einheit zusammengesetzt wird.» (11)

{263} «Wie unerträglich sich der Mensch ist, erlebt nur der Vollständige. Man könnte daher vom christlichen Standpunkt aus, m. E. wenigstens, nichts wesentliches dagegen einwenden, wenn jemand die von der Natur uns auferlegte Aufgabe der Individuation und der Anerkennung der Ganzheit bzw. der Vollständigkeit für sich verbindlich erachtet. Tut er es bewusst und absichtlich, so vermeidet er all die üblen Folgeerscheinungen einer verdrängten Individuation, d.h., wenn er die Vollständigkeit freiwillig auf sich nimmt, so muss er sie nicht erleiden, dass sie ihm wider seinem Willen und dann in negativer Form zustößt. Damit will gesagt sein, dass einer, der die Bestimmung hat, in einen tiefen Schacht hinunter zu steigen, besser daran tut, mit allen Vorsichtsmaßnahmen an dieses Unterfangen heran zu gehen, als dass er es darauf ankommen lässt, rücklings in das Loch hinunter zu fallen.» (12) (Vgl. hierzu auch das später im Text angeführte Traumbeispiel des Hinabsteigens in den Brunnen.)

Sehnsucht

{264} «Nur wer die Sehnsucht kennt, weiß was ich leide.» Und wer kennt sie nicht? In Literatur und Dichtkunst wird sie immer wieder beschrieben und beschworen, eigentümlicher Weise aber von der Psychologie wenig oder gar nicht zur Kenntnis genommen. Das Sprichwort «Sehnsucht» findet sich in keinem Sachregister der einschlägigen wissenschaftlichen Werke. In den Gesammelten Schriften C. G. Jung's fand ich immerhin 14 entsprechende Verweise. (13)

{265} «Die Sehnsucht ist eine beständige Forderung, eine quälende, aktive Leere, die man bloß zeitweise vergessen, aber niemals durch Willenskraft überwinden kann. Sie erscheint immer wieder. Man weiß zunächst nicht, woraus diese Sehnsucht hervorgeht, man weiß vielleicht nicht einmal, wonach man sich eigentlich sehnt. Man kann vieles darüber vermuten, aber das einzige, was mit Sicherheit darüber ausgesagt werden kann ist, dass jenseits des Mutterkomplexes ein unbewusstes Etwas diese Forderung äußert und unabhängig von unserem Bewusstsein, unangreifbar für unsere Kritik, immer wieder seine Stimme erhebt. Dieses Etwas ist das, was ich als den autonomen Komplex bezeichne.» (14) Diese Äußerung ist einem Zusammenhang entnommen, in dem sich C. G. JUNG mit den kindlichen Wünschen und Sehnsüchten nach der Mutter, wie sie viele Erwachsene noch in sich spüren, auseinandersetzt. So ist es zunächst einmal erstaunlich, dass die Wissenschaft eine Seite unserer Seele, die allgemein zugänglich und jedem bekannt ist, so wenig zur Kenntnis nimmt. Ergänzt man dieses Erstaunen noch mit der Auffassung des Denkers Ernst BLOCH, für den die Sehnsucht die einzig wirklich ehrliche Eigenschaft des Menschen war (15), so kommt zum Erstaunen das Erschrecken. Handelt es sich hier vielleicht um einen ähnlichen Tatbestand, den seinerzeit ALLPORT beklagte? (16) Er bemerkte, dass sich die Psychologen zur Erhärtung ihrer Theorien sehr gründlich mit der Ratte beschäftigten und die dabei entwickelten Gedankengebäude keinen Raum mehr ließen, zum Beispiel für die menschliche Freiheit. Dann, so schreibt ALLPORT weiter, verlassen sie ihre Laboratorien und gehen zur Wahl und vollziehen einen Akt, der zu den Grundrechten unserer Demokratie gehört. In ihren Theorien scheint es diese Freiheit aber nicht zu geben. Eines der Ziele, wofür amerikanische Soldaten in Vietnam kämpften, war nach ihren eigenen Aussagen die Freiheit. Für die Freiheit haben Millionen Menschen ihr Leben eingesetzt.

{266} Auch hier ergibt sich wieder eine fatale Diskrepanz zwischen der psychologischen Forschung und dem psychologischen Kenntnisstand auf der einen Seite und der Wirklichkeit des Menschen und seines Lebens auf der anderen. Das gleiche gilt für die Sehnsucht. Am ehesten hat sich noch die Tiefenpsychologie mit ihr befasst.

{267} Ihre Ansichten krankten jedoch daran, dass sie die Sehnsucht zu rasch der von ihr immer wieder festgestellten Infantilität des Menschen zuordnet. Eine solche Auffassung liegt natürlich sehr nahe, weil sich Sehnsüchte meist in kindgemäßen Bildern ausdrücken oder auf Ziele beziehen, die in der Realität des erwachsenen Lebens nicht verwirklicht werden können. Sie scheinen deshalb der persönlichen Vergangenheit - der Kindheit - oder einer fernen

mythischen Vorzeit zuzugehören. Das «goldene Zeitalter» liegt bekanntlich in unendlicher Ferne hinter uns. Vor uns liegt es jedenfalls nicht, kaum einer der Sozialphilosophen oder Zukunftsforscher der Gegenwart wird uns solche Hoffnungen machen. Wir unterliegen hier allerdings einem Denkfehler, wenn wir meinen, dass alles in der mythischen Vorzeit oder in unserer Kindheit Liegende weniger akzeptabel sei und einem kritischen Denken nicht standhalten könne. Im Gegenteil, und als Gegenthese, müssen wir davon ausgehen, dass gerade das Kind der Natur, dem Unbewussten und damit auch den schöpferischen Kräften viel näher steht als der meist von seiner kreativen und unbewussten Seite längst abgespaltene Erwachsene. Kinder haben Zugang zu Bildern, Gefühlen und Hoffnungen, die aufs neue aktiviert, im Erwachsenen oft nur Traurigkeit und Resignation auslösen. Aber dadurch, dass diese Sehnsüchte und Hoffnungen Resignation auslösen, geschieht es, dass wir den Verlust beklagen und vielleicht sogar als einen lebenswichtigen Verlust empfinden. Das geforderte und immer wieder beobachtete «Sich halt einfach abfinden müssen» ist nie von einem glücklichen Lächeln begleitet, wohl aber die Bilder der Sehnsucht. Wonach sehnen sich die Menschen? An dieser Stelle, vor weiteren Überlegungen, eine Frage an den Leser: Welche Sehnsüchte bewegen zurzeit Ihr Leben und Ihre Phantasie? Bitte denken Sie über diese Frage erst ein wenig nach, ehe Sie weiterlesen. Am deutlichsten zeigen sich Sehnsuchtsbilder vielleicht im Gespräch mit Liebes- oder Ehepaaren, stehen sie nun am Anfang oder am Ende ihrer Beziehung. Der Umgangssprache entsprechend äußern sich Sehnsüchte auch in allem, wovon wir träumen oder was wir uns wünschen. Man träumt vom Reichwerden, vom grenzenlosen gemeinsamen Glück, Paradiesesvorstellungen tauchen auf, für die eigenen Kräfte und Möglichkeiten gibt es keine eng gesteckten Grenzen. Im wissenschaftlichen Sprachgebrauch sprechen wir hier von infantilen Größenvorstellungen und narzisstischen Wünschen, von oralen Haltungen, die nicht am Realitätsprinzip orientiert sind. Die Phantasie erscheint als der Garten infantiler Lüste und Freuden, die dem Erwachsenen versagt bleiben müssen. Wir könnten es aber auch so sehen, dass Sehnsucht die Realitätsgebundenheit transzendiert. Schon die sprachliche Formulierung dieses Satzes lenkt die Gedanken in ganz andere Bahnen.

{268} War die Sehnsucht zunächst überwiegend von infantilen Wünschen geprägt, so erweist sie sich jetzt als eine System- und grenzenübergreifende Kraft, die, durchaus als Utopie, auf die Zukunft gerichtet und damit der Hoffnung verbunden ist. Ich glaube, dass es in vielen Fällen entscheidend darauf ankommt, in welcher Form wir mit den Inhalten der Sehnsucht umgehen. Gerade angesichts ihrer oft mühsamen infantilen Phänomenologie möchte ich dafür plädieren, diese Sehnsüchte ohne vorläufigen Rückzug auf irgendein theoretisches System als biologische Verhaltensphänomene an- und ernst zu nehmen. Für JUNG war die Phantasie die Selbsttätigkeit der Seele, ein Aspekt, den ich hier ausdrücklich vertreten möchte. Folgen wir in der therapeutischen Arbeit mit Paaren ihren Sehnsuchtsbildern, so begegnen wir auch ihrer Lebendigkeit und Bewegungsfähigkeit. Höchstwahrscheinlich führen diese Bilder zu jenen Zeitpunkten oder Abschnitten der Entwicklung der einzelnen Partner oder des Paares zurück, die vor den einschneidenden traumatischen Frustrationen lagen. Wenn wir Sehnsüchte ohne Vorwurf und Tadel wegen ihrer infantilen Bildersprache betrachten, finden wir die Fixierung der Lebenskraft, eine von FREUD hervorgehobene Notwendigkeit des Heilungsprozesses. Lassen wir uns von der Phantasie- und Bilderwelt leiten, so stoßen wir zugleich auf die Quellen der Entwicklungsmöglichkeiten. Damit sehen wir den positiven Aspekt der Regression bestätigt, auf den JUNG immer wieder hingewiesen hat. Vor allem wäre es wichtig, die Menschen durch Haltung und Wort zu ermutigen, ihre Sehnsucht lebendig zu erhalten. Hier liegt natürlich der Einwand nahe, ob wir damit den infantilen Wünschen nicht gerade erst entgegenkommen und diese weiter verstärken. Es ist sicher eine Frage unseres Menschenbildes, ob wir davon ausgehen, dass die menschliche Persönlichkeit ein zielgerichteter Prozess nach Vorwärts ist, der weitere Bewusstheit und größeren Persönlichkeitsumfang ermöglicht oder ob wir nach einem völlig unbewussten, vielleicht introvertierten Glück streben - wobei Glück hier in Anführungsstriche zu setzen wäre. Wie in anderer Hinsicht ist auch hier die Wirklichkeit wahrscheinlich nur im dialektischen Gegensatzprinzip einzufangen. Wir werden es lernen müssen, den Selbststeuerungsprozess des Organismus von beiden Aspekten her zu betrachten.

{269} Es zeigt sich immer wieder, mit welcher Kraft sich die Sehnsucht durchsetzt, trotz aller Schwierigkeiten und Widerwärtigkeiten des Lebens, trotz aller gewichtigen Argumente der Vernunft und der Realität. Sie ist eine Quelle großer Traurigkeit oder ständiger Unzufriedenheit. Das ist vielleicht auch der Grund, weswegen wir unseren Sehnsüchten gegenüber so zwiespältig eingestellt sind. Trotzdem ist es gefährlich, alles, was wir im Augenblick nicht erreichen können, als unrealistisch oder infantil abzutun. Ist es nicht die Utopie, die uns trägt und die die Kraft gibt, auch einer dunkleren Zukunft entgegenzugehen? Und wird die Utopie von anderem getragen als von unseren Sehnsuchtsbildern, die eng mit der Hoffnung verknüpft sind? Ich verweise hier noch einmal auf die Überlegungen Ernst BLOCH'S zum «Prinzip Hoffnung». Lebt ein Paar schon länger zusammen und beginnt die Schwierigkeiten der Paar-Beziehung zu erleben, spürt auch seine Grenzen, sie zu meistern, so wird die Sehnsucht nach Harmonie immer stärker. Ich habe kein Paar beraten oder behandelt, das nicht offen oder zunächst verschämt von dieser Sehnsucht gesprochen hätte. Eine disharmonische Beziehung ist auf die Dauer ohne große Einbuße an Lebendigkeit nicht zu ertragen. Bei Paaren verkörpert der eine Partner häufig, wenn auch abgelehnt vom anderen, eben das, was jener bei sich vermisst. Redet der eine zu viel und wird deswegen kritisiert, so erhebt er selbst zugleich den Vorwurf, dass der andere immer schweige und deshalb kein Gespräch zustande käme. Ist bei dem einen Paar das Reden und Schweigen, so bei einem anderen Schnelligkeit und Langsamkeit - «Bis du dich erst einmal entschließt ...» - oder Aktivität und Passivität der Stein des Anstoßes. Die Gegensätze prallen aufeinander, die Beziehung droht zu zerbrechen. Aber die Pole gehören zueinander: zur Langsamkeit gehört das Tempo, zur Aktivität die Passivität notwendig dazu. Gäbe es das eine nicht, könnten wir uns auch das andere nicht vorstellen (vgl. Kapitel 3).

{270} Jede Sehnsucht nach Harmonie ist auch ein Streben nach Ganzheit und Vollständigkeit etwa in dem von C. G. Jung gemeinten Sinn. Reagiert jemand sehr langsam, so vervollständigt ein Stück Schnelligkeit seine Reaktionsmöglichkeiten. Ihm entgeht vieles, wenn er sich nicht gelegentlich schnell entschließen oder rasch zu einem Problem äußern kann. Wie viele kennen es, dass der nächste Redner in einer Diskussion genau das sagt, das auszusprechen ich zu lange zögerte. Meistens ist ein solches Erlebnis mit Unbehagen verbunden. Ich hätte es ja auch sagen können ... Dieses Unbehagen ist ein aktivierendes Moment zur Veränderung.

{271} Die Sehnsucht nach Harmonie wird leider als «Sehnsucht nach einer heilen Welt» belächelt. Steht dahinter nicht der resignierte oder zynische Standpunkt, dass wir uns mit einer «unheilen Welt» einfach abzufinden hätten? Ein solcher Standpunkt ist in sich schon fatal und eine Festschreibung des Un-Heils. Wäre es nicht gerade die Sehnsucht nach Harmonie und Ganzheit, die diesen Zustand, wenn er überhaupt heilbar ist, nur heilen könnte? Wo sollte dieser Heilungsprozess beginnen, wenn nicht beim einzelnen? Ich meine, dass wir ohne Sehnsucht unsere Zukunft nicht gestalten können. Notwendigkeit und Sinnhaftigkeit von Konflikten werden in der analytischen Psychologie betont. Konflikte haben ihren unabweisbaren Stellenwert für die Bewusstseinsentwicklung. Aber auch sie dürfen nicht verabsolutiert werden, wie es in der Entwertung der Harmonie geschieht. Dass unsere Welt ein einziger Konfliktherd ist, weist dringlich auf notwendige grundlegende Wandlungen hin, bietet aber keine ausreichende Grundlage für ein entsprechend einseitiges Konflikt-Weltbild. Das Gegensatzprinzip als Denkmodell schützt vor solchen Aufspaltungen der Welt. Von biologischer Seite wird im Rahmen der Evolutionstheorie die Harmonie als unumgängliche Voraussetzung des Fortlebens und der Weiterentwicklung angesehen. Zunehmende Vernetzung aller Lebensbereiche, einschließlich der Gesteine, Pflanzen und Tiere, führen zur Vision eines planetarischen Riesenwesens, das BRESCH als Monon bezeichnet. In dieser Wortwahl drückt sich die vorausgesetzte Einheitlichkeit oder Einheit aus. BRESCH kommt zu dem Ergebnis, dass «maximales Wachsen harmonischen Musterreichtums ... die Zielrichtung aller Anstrengungen sein» wird. Die wichtigste der generellen, aus Systemzwängen erwachsenen Eigenschaften «ist sicherlich die vielschichtige innere Harmonie des Monon, also der erfolgreiche Ausgleich aller inneren gegensätzlichen Tendenzen. Das Monon muss nämlich zur Gewinnung von Stabilität die Gegensätze des biologischen Kampfes ums Dasein, die im Egoismus, dem Machtstreben und der Aggression von Gruppen und Völkern fortgesetzt wurden, überwunden haben. ... Denn ohne Harmonisierung wäre ihre Existenz nur von kurzer Dauer.» (17)

{272} Weite Partien des BRESCH'schen Buches erinnern an die Folgerungen, die C. G. Jung aus seiner therapeutischen Arbeit und seinen wissenschaftlichen Studien gezogen hat. Die Vermutung eines unus mundus, einer einheitlichen Welt, die gerade für C. G. Jung eine große Rolle gespielt hat, drängt sich erneut auf. Die meisten Sehnsuchtsbilder, etwa, wenn man Patienten nach der idealen Klinik, Kinder nach den idealen Eltern, Bürger nach ihrem idealen Staat befragt, enthalten kompensatorische Prozesse, die schmerzlich erlebte Defizite ausgleichen sollen. Deshalb ist die Sehnsucht ein Überlebensfaktor von größter Bedeutung. Wir müssen folgendes klar unterscheiden: Es gibt die im Erwachsenen zurückgebliebene kindliche Sehnsucht nach Vater und Mutter, nach der Heimat. Dieses Verhaftetsein an die Vergangenheit kann die Handlungsfähigkeit in der Gegenwart behindern und die Zukunft verbannen. Sehnsüchte dieser Art müssen zunächst als infantile Haltungen angesehen und behandelt werden. Trotzdem zeigt sich in der Sehnsucht nach Familie, etwa bei Flüchtlingen besonders ausgeprägt, die tiefe Sehnsucht nach einer gelungenen Gemeinschaft, einem engen und ungestörten Beisammensein. Das wäre dann der andere Ansatzpunkt: diese Sehnsucht nach einem engen Beieinandersein ist nicht nur als Sehnsucht nach einem Zusammensein mit Menschen zu betrachten, sie ist zugleich ein Symbol. In der therapeutischen Arbeit erweist es sich als sinnvoll, in diesen Hoffnungen und Phantasien eine Weite des inneren Zielbildes und des diesbezüglichen Entwicklungsprozesses zu sehen. Geht es doch darum, die verschiedenen psychischen Funktionen des gespaltenen Menschen wieder «an einen Tisch» zu bringen und nicht unverbunden - dissoziiert - nebeneinander und gegeneinander bestehen zu lassen. Der Tisch ist hier als ein Ganzheitssymbol aufzufassen. An einem Tisch zu sitzen besagt, dass vielleicht sehr gegensätzliche Interessen wieder miteinander verbunden werden. Praktisch heißt das, dass in der «infantilen» Sehnsucht nach Vater und Mutter die Sehnsucht nach der Verbundenheit des vereinsamten Ich mit den entsprechenden Fähigkeiten der eigenen Seele liegt. Symbolisch bildet sich hier das Streben der Psyche nach der Ganzheit ab. Die Ganzwerdung ist ein Prozess von tausend kleinen Schritten.

{273} Wir fügen uns selber Schaden zu, wenn wir unsere Sehnsüchte belächeln oder verachten. Wir berauben uns unserer Zukunft, wenn wir die Sehnsucht nach bestimmten Bildern der Vergangenheit allein dem infantilen Lustgarten der Phantasie zuordnen. Wir berauben uns wichtiger Dimensionen des Selbstverständnisses, wenn wir den symbolischen Charakter dieser Prozesse übersehen. Neben einer Widerspiegelung der objektiven Tatbestände, wie sie in der persönlichen Lebensgeschichte stattgefunden haben, erscheint auch die archetypische Innenseite der Seele in diesen Bildern. Die Sehnsucht nach dem heimatlichen Herd und einer Küche mit gemütlicher Eckbank, auf der Vater, Mutter und Kinder fröhlich vereint saßen, ist auch die Sehnsucht nach dem inneren Zentrum, dem Ort der schöpferischen Wandlung und Entwicklung. Seine Energien entspringen den verschiedenen psychischen Instanzen, der archetypischen Welt des Vaters, der Mutter und des Kindes, das heißt des Geistes und der Ordnung, des Nährenden und des Tragenden wie auch der schöpferischen Zukunft.

Dämmerung

{274} Dies zunächst poetisch klingende Wort findet sowohl in der Umgangssprache als Sprachbild wie auch in der klassisch-psychiatrischen Diagnostik Beachtung. Sagt jemand: «Mir dämmert etwas» oder «es dämmerte mir, dass ...»,

so weist er daraufhin, dass ihm ein bisher unbekannter Zusammenhang erstmalig sichtbar wird. Er scheint gewissermaßen auf.

{275} Die Psychiatrie spricht von «Dämmerzuständen» und meint Zustände eines veränderten, getrübt und eingeengten Bewusstseins. Die Ich-Funktionen des Wahrnehmens und Denkens sind dabei besonders betroffen. (18)

{276} Der Tagesanbruch wird von der Umgangswie der Wissenschaftssprache als geeignetes Bild zur Charakterisierung psychischer Zustände verwendet. Die in der Dämmerung beobachtete Unklarheit der Umrisse, das Verschwimmen und Verschwinden der Farben, das Ineinanderübergehen der Formen, das das Erkennen von Einzelheiten erschwert oder verunmöglicht, kennzeichnet die Wahrnehmung in der Tagesdämmerung. Sie ist der Zeitabschnitt der zunehmenden oder abnehmenden Helligkeit. Daher ist es nicht erstaunlich, dass auch in der allgemeinen Symbolik, wie sie bei der Traumdeutung eine Rolle spielt, Helligkeit, Licht und Sonne mit der Helligkeit und Klarheit des Bewusstseins, des Denkens wie der kognitiven Prozesse überhaupt gleichgesetzt werden kann. Auch die Klarheit des Denkens hat diese Bezüge zur Natur. Wenn wir etwas nicht verstehen, bezeichnen wir den Zusammenhang als «dunkel». «Da dämmt uns noch gar nichts.» Und wollen wir bestehende Klarheit wieder beseitigen, so «vernebeln» wir sie, bis der andere «ganz im Dunkeln tappt». Diese Überlegungen sollten den Bedeutungskern und den Bedeutungshof, den Konnotationsraum des Wortes Dämmerung aufzeigen.

{277} Die Entwicklung zur Ganzheit beginnt in einer solchen Dämmerung. Das gilt ganz allgemein für die Bewusstseinsentwicklung des Kindes oder der Menschheit wie für den Bewusstwerdungsprozess, der in einer analytischen Behandlung angeregt und gefordert wird. Die dabei zu beobachtenden Erlebnisse sind am besten mit einem Auftauchen aus einem Nebel oder einer Dunkelheit zu beschreiben. «Plötzlich wurde mir klar, dass ich mich in meinem Leben immer nach den Leitsätzen meines Vaters gerichtet habe.» Man könnte auch sagen: «Plötzlich wurde mir bewusst ...». Die Verbindung von Helligkeit, Klarheit und Bewusstheit, sprachlich oder im Traumbild, erlebt der Analytiker täglich in den Behandlungen. Hierbei ist nicht zu übersehen: der Mensch greift spontan zu diesen Sprachformen, wenn er solche innerlich erlebten Prozesse mitteilen und abbilden will.

{278} Was aber wird bewusst oder tritt in den Helligkeitskegel des Bewusstseins? Was wir beobachten können, ist das sporadische Auftauchen dämmerhafter Vorstellungsspuren, seien es Bilder, seien es Gefühle, die sich im dunklen Hintergrund von der Unsichtbarkeit des Unbewussten loslösen, um dem einwärts gekehrten Blicke wenigstens schattenhaft zu erscheinen. Auf diese Weise kommt Verdrängtes und Verlorenes wieder zurück. Schon das ist ein Gewinn, wenn auch gelegentlich ein peinlicher. Es sind von außen oder innen kommende Reize und Eindrücke, die dem Ich und dem Bewusstsein angeschlossen werden. Damit ist allerdings die Ansicht verbunden, dass diese Innen- oder Außenreize auch dann existieren, wenn wir sie nicht wahrnehmen und ihrer nicht bewusst werden. Jeder kennt die Erfahrung, dass er jahrelang an einem Baum vorbei gegangen ist, ohne ihn wirklich «zu sehen». Manchmal wird der Psychologiestudent in seinen Anfangssemestern gern damit überrascht, dass man ihn um die Beschreibung seines Hörsaals bittet, in dem er sich seit Monaten regelmäßig aufhält. Die Ergebnisse sind immer wieder die gleichen: der Student merkt, dass er das meiste nicht bewusst wahrgenommen und im Gedächtnis festgehalten hat. Nach einem solchen Erlebnis sieht er allerdings diese Räumlichkeiten viel bewusster. Die im Raum vorhandenen Objekte werden jetzt an das wahrnehmende Ich angeschlossen, sie existieren nicht mehr ohne Verbindung mit ihm und sind damit bewusst. Es kann zu gefährlichen Verletzungen kommen, wenn ich einen Pfeiler nicht wahrnehme, mir seiner nicht bewusst bin, sondern statt dessen mit dem Kopf dagegen stoße. Das gilt nicht nur für die Beziehung zur Außenwelt.

{279} Die Wahrnehmung der Innenreize, der Signale des Körpers oder der Psyche ist nicht weniger problematisch und gefährlich. Zunächst ist es viel schwieriger, sie wahrzunehmen, noch schwieriger, manchen von der Notwendigkeit einer solchen Wahrnehmung überhaupt zu überzeugen. Auf die häufig gestellte Frage: «Was fühlen Sie jetzt?» oder «Was fühlen Sie, wenn Sie an Ihr Elternhaus denken?» bleiben viele Patienten die Antwort schuldig und sagen schlicht «nichts». Mit diesen Problemen sah sich schon Sigmund FREUD konfrontiert. Bekanntlich setzt ja die klassische analytische Behandlung voraus, dass der Patient seinem Therapeuten alles mitteilt, was ihm im Augenblick einfällt, was er an seelischen und körperlichen Reaktionen in sich spürt usw. Die Praxis zeigt Schwierigkeiten, die mit der Einhaltung dieser Grundregel verbunden sind. FREUD beobachtete das schon sehr früh: «Es ist merkwürdig, wie vollständig oft die Kranken ... die Verabredung vergessen können, zu der sie sich doch vorher verstanden haben. Sie haben versprochen, alles zu sagen also ohne Auswahl, ohne Beeinflussung durch Kritik oder Affekt. Sie halten sich aber nicht an dieses Versprechen, es geht offenbar über ihre Kräfte. Allemal stockt die Arbeit, immer wieder behaupten sie, diesmal sei ihnen nichts eingefallen. Man darf ihnen dies nicht glauben, man muss dann immer annehmen und auch äußern, sie hielten etwas zurück, weil sie es für unwichtig halten oder peinlich empfinden.» (19) In dem beschriebenen Verhalten kommt hinzu, dass der Abendländer ohnehin nicht geübt ist, seelische Vorgänge und Prozesse wahrzunehmen.

{280} Vielen Patienten fehlen auch einfach die sprachlichen Mittel, etwas vielleicht «dunkel» (hier wieder die Frage nach der Helligkeit und der Dämmerung) Geahntes oder Gewusstes «zur Sprache zu bringen». In vielen Familien wird über Gefühle oder andere seelische Prozesse nicht gesprochen. Ein Kind lernt dann gar nicht, bei sich selbst etwas Entsprechendes wahrzunehmen, geschweige denn, darüber zu reden. Viele Paare haben in langjähriger Ehe kein einziges Gespräch darüber geführt, wie sie sich in ihrer Beziehung zueinander fühlen, was die schönen und hässlichen Stunden in ihnen auslösen, und wie sie damit umgehen. Die Analyse ist eines der besten verfügbaren Instrumente, hier noch zu lernen, was durch Einflüsse unserer Kultur und Gesellschaft, repräsentiert in den Familien, versäumt wurde.

{281} Eingedenk dieser Schwierigkeiten und der damit verbundenen Verlängerung des Dämmerzustandes ist jedoch

immer wieder der Prozess zu beobachten, den C. G. Jung mit aller Vorsicht als das sporadische Auftauchen dämmerhafter Vorstellungsspuren, die sich im dunklen Hintergrund von der Unsichtbarkeit des Unbewussten lösen und wenigstens schattenhaft erscheinen, zu beschreiben versuchte. Mehr Einschränkungen lassen sich fast in einem Satz nicht mehr machen: es handelt sich um Spuren, die keineswegs regelmäßig oder zusammenhängend, sondern nur sporadisch auftauchen, die am ehesten als dämmerhass zu bezeichnen sind, und die sich im Dunkeln von der Unsichtbarkeit des Unbewussten loslösen. Der Prozess der Bewusstwerdung ist aber mühsam und nur in kleinen Schritten zu vollziehen. Auch die Ganzheit zeigt sich keineswegs auf einmal oder in Form von großen, durchbrechenden Erleuchtungen. Am ehesten ist sie mit einem großen Mosaik zu vergleichen, dem Steinchen auf Steinchen eingefügt wird. Dabei ist oft gar nicht ersichtlich, was das Mosaik am Ende darstellen soll. Deshalb ist es auch für beide Teile, den Therapeuten und den Analysanden, sehr schwierig zu wissen, wohin dieses kleine Teilchen gehört. Es muss erst einmal probeweise irgendwo eingesetzt werden. Deshalb sind ständige Veränderungen zu erwarten. {282} Jeder kennt die leisen Ahnungen von etwas, das man lieber nicht wissen möchte oder das plötzliche Auftauchen eines peinlichen Gedankens, den man so schnell wieder verdrängt, wie man ihn bekommen hat. Vertraut ist auch der ständige Kampf mit Phantasien und Wünschen, die vielleicht als böse, unsittlich oder gar pervers gelten. Nur das sorgfältige Verfolgen all dieser Spuren, die Offenheit und Bereitschaft, diese Inhalte des Unbewussten überhaupt in das Bewusstsein aufzunehmen, ermöglichen eine schrittweise Ganzwerdung. Die Ganzheit der Persönlichkeit ist deshalb nur ein Ziel, das nie voll erreicht wird. Wenn nicht organische Veränderungen den Lebensprozess wesentlich einschränken oder beenden, schreitet dieser Bewusstwerdungsprozess unaufhörlich fort. Dabei tauchen sowohl Erinnerungsspuren aus der persönlichen Vergangenheit auf, denen man nachgehen kann, wie auch neue Ideen und schöpferische Impulse, die zu keinem bisherigen Lebensereignis in direkten Bezug gesetzt werden können. Das Unbewusste enthält beide Kategorien von Inhalten; C. G. Jung hat ihnen das persönliche und das kollektive Unbewusste zugeordnet.

{283} Und habe ich in gewissen Fragen Klarheit erreicht, so beginnt in anderen Bereichen meines Lebens erneut der Zustand der Dämmerung, in dem sich weitere unbewusste Teile der Psyche aus dem dunklen Hintergrund herauslösen und dem Ich bzw. dem Bewusstsein zugänglich werden. Diese Zugänglichkeit ermöglicht dann die Bearbeitung und die Differenzierung der Inhalte. Wir halten nicht nur deshalb gerne am Zustand der Dämmerung fest, weil das Auftauchende im peinlichen Gegensatz zur herkömmlichen Moral steht, sondern auch, weil es unfertig ist und weiterer anstrengender Bearbeitung oder Auseinandersetzung bedarf. Ein wichtiger Gedanke ist noch längst nicht zu Ende gedacht, wenn ich mich über ihn freue und kurz begeistert bin. Die Ausarbeitung, die im wissenschaftlichen Bereich z. B. mit intensiver Literatursuche oder kontrollierenden Experimenten verbunden sein kann, ist mühsam, man scheut davor zurück.

{284} Wie Inhalte aus dem Unbewussten in das Bewusstsein aufgenommen werden, so verschwinden andere wieder. Dämmerung ist also im doppelten Sinne zu verstehen. Dinge, die mir vor Jahren klar geworden sind und damals große Bedeutung hatten, sind im heutigen Lebenszusammenhang gegenstandslos oder uninteressant. Ich lasse sie «hinter mir», sie kehren in den Dämmerzustand des Unbewussten zurück. Bei Bedarf sind sie noch abrufbar, befinden sich jedoch nicht länger im Helligkeitsfeld des Tagesbewusstseins. Die Ganzheit ist deshalb immer relativ zur Lebenssituation zu sehen und prinzipiell unvollständig. In diesem Sinne ist auch die Ganzheit als Ziel nur eine Leitlinie.

Der Weg

{285} Das Bild des Lebensweges ist allen vertraut, auch des gemeinsamen Weges, den ein junges Paar einschlägt. Scheiden sich die Partner, so trennen sich ihre Wege. Für Eltern ist es oft schwierig, mitanzusehen, wie ihre Kinder eigene Wege gehen. Diese können in vielerlei Hinsicht zu dem Weg in Gegensatz stehen, der ihnen von den Eltern gewiesen wurde. In religiöser Hinsicht sprechen wir von Gotteswegen und stellen ihnen die eigenen Wege gegenüber, manchmal im Sinne einer unerlaubten Abweichung von den vorgezeichneten Wegen. Eines der großen Bilder der Evangelien des Neuen Testaments ist das des breiten und das des schmalen Weges als Sinnbild eines Weges des Glaubenden mit allen Anfechtungen und Gefahren. Der Pfad der Erkenntnis und der Weg des Märtyrers, der Berufsweg und die ausweglose Situation, der Umweg und die Sackgasse, der steile Weg, Aufstieg und Abstieg sollen zusätzlich beleuchten, in welcher zentralen und zugleich praktischen Lebenszusammenhängen wir vom «Weg» sprechen. Es muss also möglich sein, zentrale seelische Prozesse in diesem Bild einzufangen. Der Weg, der vor uns liegt, ist noch unbekannt. Trotzdem müssen wir ihn gehen, ja, fühlen wir einen inneren Zwang, weitere Schritte zu tun. Vom Bild des Weges abgeleitet sind Sprachformen wie «weitere und notwendige Schritte», «zu große oder zu kleine Schritte», «auf eigenen Füßen stehen» oder «festen Boden unter den Füßen haben» usw. So ist es nicht verwunderlich, dass früher auch der Weg, der z.B. in den griechischen eleusinischen Mysterien beschriftet wurde, mit zur heiligen Handlung gehörte und selbst heilig war. «Ziehe deine Schuhe aus, du stehst auf heiligem Land», wird dem Mose vom Gott des Alten Testaments gesagt. Die Zusammenhänge des Weges und des Bodens sind außerordentlich vielschichtig und großen Teils numinos. In diesem Sinne ist der Weg «wie ein psychisch Lebendiges», dem wir uns nicht entziehen können. Hierzu C. G. Jung: «Man könnte ja alles beim Alten lassen, wenn dieser neue Weg es nicht unbedingt verlangte, entdeckt zu werden, und die Menschheit nicht mit allen Plagen Ägyptens so lange heimsuchte, bis der neue Weg gefunden ist. Der unentdeckte Weg in uns ist wie ein psychisch Lebendiges, das die klassische chinesische Philosophie <Tao> nennt und einem Wasserlauf vergleicht, der unerbittlich sich zu einem Ziele bewegt. <Im-Tao-Sein> bedeutet Vollendung, Ganzheit, erfüllte Bestimmung, Anfang und Ziel und völlige Verwirklichung des den Dingen

eingeborenen Daseins-Sinnes.» (20)

{286} Das Bild des Weges erwähne ich im Zusammenhang mit der Ganzheit besonders deshalb, weil Vollständigkeit nur «Schritt für Schritt» zu erreichen ist. Deswegen ist es mehr als eine poetische Redewendung, vom «Weg zur Ganzheit» zu sprechen. Der dabei ablaufende psychische Prozess ist überhaupt nicht anders darzustellen als in solchen Bildern. Auch ein «Prozess» impliziert ähnliche Bildvorstellungen, nur klingt ein solches Wort sachlicher. Das Ziel des Weges ist unbekannt, weil höchst individuell. Nie lässt sich von vornherein ausmachen, was für einen Menschen der notwendige und richtige folgende Schritt ist. Zwar haben Freunde, Partner oder auch der Analytiker gewisse Vorstellungen davon, wie der Weg jetzt weitergehen könnte oder sogar müsste; dennoch überrascht es immer wieder, was sich dann ereignet, was sich vom Unbewussten her konstellierte. Wir müssen unser prinzipielles Nicht-Vorher-Wissen anerkennen und damit leben lernen. Dabei machen wir jedoch die Erfahrung, dass es «immer wieder weiter geht», auch dies eine Urerfahrung des Menschen, die ihren sprichwörtlichen Niederschlag gefunden hat. Im Bewusstsein herrscht in solchen Situationen völlige Ratlosigkeit. Das Dunkel scheint vollkommen. Ein nächster Schritt ist nicht sichtbar. Aber in diesen besonders düsteren Situationen kommt vom Unbewussten häufig ein helfendes und ermutigendes Bild, wie es der folgende Traum zeigt: «Ich kam an einen Brunnen, der wunderschön war: er war aus glatten, dicken Steinen gemauert, die schön bemalt waren mit unregelmäßigen geometrischen Mustern. Das ganze war mit einer Goldschicht überzogen. Ich stieg in den Brunnen hinab, jetzt hatte ich meinen langen Sommerrock und die Zigeunerbluse an. Zuerst hatte ich Angst, ich würde hineinfallen, denn ich stieg rückwärts hinunter und sah keine Stufen. Aber dann merkte ich, dass jedes Mal, wenn ich einen Fuß hob, wie ein Wunder unter mir eine Stufe erschien. Obwohl ich (hinunter) stieg, gelangte ich <hinaus> - in die Freiheit, es war, als öffnete sich der Brunnen wie eine Blüte. Ich kam zu einer älteren, stattlichen, sehr feinen Frau. Sie stand vor einer Glasvitrine, in der alte, sehr kostbare Schmuckstücke aufbewahrt wurden. Es waren Schmuckstücke aus Edelsteinen.» Um den nächsten Schritt oder die nächste Stufe der eigenen Bewusstseinsentwicklung zu erreichen, bedarf es dieses paradoxen Vertrauens in einer Situation der Leere, wo «nichts» mehr greifbar erscheint. Wie kann man einem «Nichts» oder einer «Leere» vertrauen? Dieser Traum zeigt auch einen introvertierten Weg. Das «Hinunter» ist zugleich ein «Hinaus», was die Relativität von innen und außen vom Standpunkt des Unbewussten her zeigt. «Ob einer nun sein Schicksal von außen oder von innen empfangt, die Erlebnisse und Ereignisse des Weges bleiben die gleichen.» (21) Schritte und Stufen sind weitgehend vergleichbare Bilder. Der Brunnen dürfte den meisten Lesern u.a. aus dem Grimm'schen Märchen «Frau Holle» bekannt sein. Die beiden Mädchen, Goldmarie und Pechmarie, repräsentieren verschiedene Einstellungen dem Unbewussten gegenüber, respektvoll und aufnahmebereit oder ich-haft und überheblich. Goldmarie weiß um die Notwendigkeit, jeden einzelnen Schritt ernst zu nehmen und zu gehen, Pechmarie scheint ihren Weg von vornherein, also rational und vom Kopf her, zu kennen und geht ihn rasch ohne innere Beteiligung. Sie «erledigt» ihn gewissermaßen. Die Träumerin zeigt die Haltung der Goldmarie, das Ende dieses persönlichen und archetypischen Traumes zeigt dann auch eine entsprechende Situation.

{287} Unsere Theoriesysteme, auf die wir nicht verzichten können, beinhalten andererseits die Versuchung, schon genau vorherzuwissen, was diesem oder jenem Menschen «fehlt». Von der Theorie her können wir die Lücke, die ausgefüllt werden müsste, definieren und damit natürlich auch einiges über den dazu notwendigen Weg sagen. Dieser Weg kann über eine ambulante oder stationäre Psychotherapie gehen, oder er kann zu Meditationskursen, ins Kloster oder zu einer anderen Form der inneren Erneuerung führen. Immer bleibt es ein Weg mit Zielen, die wir nicht kennen. Wir müssen ihn ein Stück weit gehen. Der eine bleibt hier, der andere da stehen, ein objektives Urteil ist darüber nicht möglich. Jeder entscheidet das selbst, genauer, die dialektische Dynamik zwischen dem Ich und dem Unbewussten entscheidet darüber, wohin der Weg führt und wie weit er jetzt beschritten werden kann und muss. Manchmal ist es sogar gefährlich, einen Weg einfach weiterzugehen, er kann in den Abgrund führen. Pechmarie ging ihren Weg gewissermaßen ohne Herz, nur vom Kopf und von der Theorie her. Damit hatte sie ihre Zukunft festgelegt. Wenn auf einem beschrittenen Weg eingehalten werden soll, kommen vom Unbewussten Signale oder Informationen, die ein Verweilen auf dieser Stufe nahe legen. So träumte eine Frau folgendes: «Ich ging mit jemandem in einem dunklen Haus eine Treppe hinauf. Auf einer Stufe fand ich drei ca. 10 cm lange, fingerdicke Stöckchen. Zwei waren bemalt und trugen an einem Ende je einen kleinen geschnitzten Kopf, der chinesisch aussah. Das dritte Stöckchen war aus dunklerem unbemaltem Holz und hatte ein Hexengesicht. Ich hob die drei Stöckchen auf und steckte sie ein. Wir kamen zu einem sehr bösen Mann. Ich sagte zu der Person, die mich begleitete: <Du kannst ruhig seine Aggressionen herausfordern, er kann uns nichts mehr tun.> Dabei hielt ich die gefundenen Stöckchen fest in meiner rechten Hand. Der Mann wurde auch zusehends freundlicher, dann stellte er uns eine Aufgabe und schickte uns weg, um sie zu lösen. Er sagte: <Ich bin froh, dass Ihr einen guten Menschen aus mir gemacht habt, ich freue mich auf Euer Wiederkommen.> »

{288} Ehe sie auf ihrer Treppe die nächste Stufe betritt, wird sich die Träumerin erst einmal mit dem dritten Stöckchen auseinander setzen müssen. Es ist noch unbemalt und hat ein Hexengesicht. Mögen die chinesischen Köpfe der beiden anderen Stöckchen die sicher schon weitgehende psychische Differenzierung dieser Frau andeuten, das letzte Hölzchen zeigt ein anderes Gesicht. Die fehlende Bemalung deutet darauf hin, dass Wichtiges noch aussteht. Damit soll nicht gesagt sein, dass das Hexengesicht verschwinden müsste. Vielleicht muss sich diese Frau auf dieser Stufe ihrer Entwicklung über eigene hexenhafte Züge klar werden und diese archetypische Schattenfigur ihrer Weiblichkeit in ihr Leben aufnehmen. Andernfalls könnte es passieren, dass sie ihrer Hexenhaftigkeit verfällt und ihr Ich von diesem Komplex überwältigt wird (vgl. Kapitel 10). Das wäre sehr wahrscheinlich, wenn die Träumerin einfach zur nächsten Treppe weitergegangen wäre. Wahrscheinlich hätte die Wandlung des männlichen Anteils dann ebenso wenig

erfolgen können. Zur Interpretation dieser Träume muss ich bemerken, dass sie einem größeren Zusammenhang entnommen sind. Dass sich der männliche Anteil dieser Frau von einem bösen in einen guten Menschen wandelt, könnte natürlich auch als eine Verdrängung aggressiver Seiten interpretiert werden. Eine Ganzheitsentwicklung findet jedoch in Gegensätzen statt. Der Prozess konzentriert sich einmal auf den einen, einmal auf den anderen Pol.

{289} Das Ich steht vor der schwierigen Aufgabe, den Umgang mit dem Ganzen, d.h. also beiden Seiten, zu erlernen. C. G. Jung sprach sogar einmal vom «Archetypus des Weges». Er meint damit, dass dieses Urerlebnis des «Auf-dem-Wege-Seins» oder des «Unterwegs-Seins» wesensmäßig zum Menschen gehört. Es ist gar nicht so sehr meine individuelle Wahl, ob ich einen Weg gehen will, es ist eine archetypische Vorgegebenheit. Ich kann nicht nicht gehen.

{290} Um der Ungewissheit wenigstens etwas Sicherheit entgegenzusetzen zu können, haben wir Theorien über Stufen des Weges entwickelt. Theorien beinhalten ein Vorwissen. Sie lassen sich aus objektiven psychologischen und physiologischen Tatbeständen ableiten. Wir kennen die Entwicklungsschritte eines Kindes sehr genau, wissen auch, wie sich das menschliche Wesen bis ins junge Erwachsenenalter entwickelt und können diese Wegstrecke in verschiedene Stufen und Abschnitte einteilen. Jede Stufe muss durchlaufen werden, auf jeder Stufe sind Störungen und Fixierungen möglich. Mit der Diagnose «infantil fixiert» meint man, dass wesentliche Funktionen einer Persönlichkeit auf dieser Wegstrecke zurückgeblieben sind. Früher sprach man von «zurückgebliebenen Menschen» und bezog sich damit auch auf das Wegmodell der menschlichen Entwicklung. Unsere Theorien gestatten es auch, über dieses Zurückgebliebensein genaue Aussagen zu machen. Ausgehend von den Phasen der Libidoentwicklung können wir feststellen, dass die Sehnsucht eines Kindes, sich an einer nährenden und guten Brust anzusaugen und festzuhalten, durch eine kalte und feindselige Einstellung der Mutter unerfüllt bleiben kann. Wir beobachten nun, dass es genau diese Sehnsucht ist, die dann den erwachsenen Menschen quält und antreibt. Er sucht Menschen, an denen er sich festhalten kann, die ihn nähren, pflegen und schützen. Als sei er jetzt noch in diesem frühen Säuglingsstadium seiner Entwicklung. Handelt es sich um einen Mann, kann er auch in besonderer Weise von der weiblichen Brust fasziniert sein. Es ist noch ein Beispiel dafür, wie nahe liegend es ist, Sehnsüchte als «infantil» zu bezeichnen und ihren Zielsinn, den sie für den Menschen ebenfalls haben, nicht mitzubedenken.

Der Schatten

{291} Das Bild des Schattens ist dem der Dämmerung verwandt, die Helligkeit ist herabgesetzt. C. G. Jung hat diesen Begriff in die psychologische Diskussion eingeführt und bleibt auch hier seinem Prinzip treu, psychische Tatbestände lieber mit Bildern als mit abstrakten Begriffen zu kennzeichnen. Ein Bild ist unmittelbar verständlich und einleuchtend, ein Begriff bedarf ausführlichster Explikationen und wird trotzdem nicht mit Sicherheit verstanden oder genügend eindeutig definiert. Immer bleiben Randzonen, die schwer abzuklären sind.

{292} Sprachlich gesehen meinen wir mit Dunkelheit einmal die Gradunterschiede der Helligkeit beziehungsweise ihr völliges Fehlen und die dazu gehörende Wahrnehmbarkeit und Ununterscheidbarkeit von Gegenständen. Trotz unserer rationalen und intellektuellen Lebenseinstellung bevölkern wir das Dunkel immer noch mit angsterregenden Personen und Phantasien. Bei Kindern beobachten wir die Angst vor dem Dunkel, auch Erwachsene werden von Ängsten geplagt, wenn sie abends allein auf der Straße, in den Keller oder durch einen Wald gehen sollen. Das Dunkle ist trüchtig, wir bevölkern es mit den Phantasien, die aus dem Unbewussten aufsteigen. Was in uns ist, ohne zum Bewusstsein zugelassen zu werden, erleben wir im Außen wieder. Wir begegnen ihm in der umgebenden Welt und ihren Menschen. Wenn wir von Dunkelmännern und ihren dunklen Geschäften sprechen, so bewegen wir uns im Bereich moralischer Vorstellungen und Urteile. Die düsteren und dunklen Seiten sind zugleich die schlimmen und gefährlichen Seiten der menschlichen Natur. Was als gefährlich und unerlaubt gilt, bestimmt der Normenkatalog der jeweiligen Kulturgruppe. Gewisse Dinge sind nicht erlaubt, Diebstahl zum Beispiel. Wenn wir trotzdem die Tendenz in uns spüren, in einem Supermarkt etwas mitzunehmen, ohne es zu bezahlen, so handelt es sich um eine dunkle Angelegenheit. Desgleichen sind die dunklen Punkte in der Vergangenheit eines Menschen in der Regel die Stellen, an denen er mit Moral und Gesetz in Konflikt gekommen ist.

{293} Dieses Dunkle betrachten wir nicht gern als zu uns gehörig, denn es gilt als böse, verderblich, gefährlich, verwerflich usw. Nun ist es inzwischen ein offenes Geheimnis, dass der Grad von Reinheit und Helligkeit, den Ideale und Normen vorschreiben, von keinem Menschen erreicht werden kann. FREUD kommt das große Verdienst zu, den Prozess der Verdrängung, mit dem wir uns der dunklen Anteile unserer Person zu entledigen versuchen, erstmalig und im Hinblick auf seine ganze Folgeschwere beschrieben zu haben. Die Verdrängung ist eine der wichtigsten Abwehrstrategien des Ich, um Triebimpulse, Wünsche und Vorstellungen vom Bewusstseinsraum und damit auch von seinem Verantwortungsbereich auszuschließen.

{294} Die kollektiven Ideale der Vollkommenheit und Vollendung des Menschen sind meist so beschrieben, dass sie die dunklen Seiten nicht einschließen. Der gute Mensch denkt nie etwas Böses, er lügt nie, er übervorteilt den anderen nicht, er ist selbstlos und bescheiden. Diese Kataloge und die damit verbundenen Pflichten sind einem einseitigen Vollkommenheitsideal verpflichtet. Es gibt bislang keine Idealvorstellung, die das ebenfalls zu uns gehörende Dunkle, unseren Schatten, miteinschließt. Von daher gesehen ist es ein revolutionierender Gedanke C. G. Jung's, der überall gehuldigten und geforderten Vollkommenheit die Vollständigkeit gegenüberzustellen. Die ethischen Konsequenzen dieses Standpunktes hat z.B. NEUMANN näher untersucht. (22) Gelänge es, den Gedanken der Vollständigkeit anstelle einer geforderten Vollkommenheit durchzusetzen, so wäre das ein sehr großer Schritt im Sinne einer allgemeinen Psychohygiene. Woran erkranken unsere Kinder, wann brechen Neurosen aus? Psychisch bedingte Körpersymptome

oder andere Neurosenmerkmale brechen dann aus, wenn bisher absolut verbotene und mit strengen Strafen belegte Antriebe oder Vorstellungen provoziert werden.

{295} Zum Beispiel ist die ersehnte und zugleich abgewehrte Sexualität häufig Anlass eines neurotischen Krankheitsausbruches. Ohne sich dessen recht bewusst zu sein, hat z.B. eine Frau einem Mann Angebote gemacht und ihn angeregt, ihr sexuell zu begegnen. Das konkrete sexuelle Erlebnis, dem sie sich überlässt, löst dann jedoch einen solchen Schock aus, dass eine massive Angst vor Männern zurückbleibt. Diese bedarf einer psychotherapeutischen Behandlung. Eine solche Frau ist wahrscheinlich unter einem Reinheitsideal aufgewachsen, vor dem alles Körperliche und insbesondere alles Sexuelle als dunkel und schmutzig galt. Psychologisch müssen wir aber voraussetzen, dass ihr Schattenbereich sehr stark von sexuellen Wünschen und Phantasien bevölkert ist. So kommt die Stunde, an der eine äußere Situation den Schatten so mobilisiert, dass es zu entsprechenden Handlungen kommt, die dann das verängstigte Ich überwältigen. Diesen Konflikt vermag es nicht mehr zu lösen. Der Schatten gehört wesensmäßig zu uns, er holt uns immer ein, es sei denn, wir sperren uns mit einer solchen Härte gegen diesen lebendigen Teil der eigenen Psyche, dass wir erstarren und nur noch in einer formalisierten und mechanisierten Weise leben. Mit der Frage nach dem Schatten ist die Frage nach dem Bösen gestellt, von welchem kulturellen Wertsystem aus man es auch inhaltlich bestimmen mag. So wie ich meinem Schatten nicht entgehen kann, kann ich dem, was in meiner Kultur als böse gilt, nicht ausweichen. Ich muss einen Weg finden, um diese bösen Seiten mitzuleben. Verfüge ich nicht über meine meist als böse geltende Aggressivität, werde ich meinen Weg mit all seinen Hindernissen nicht bestehen können. Es gibt Situationen, in denen muss ich grausam sein. Davon wissen vor allem solche Menschen zu berichten, die niemals nein sagen können. Sie erleben jede Ablehnung eines an sie herangetragenen Anliegens als Grausamkeit und sagen ja, obwohl sie weder physisch noch psychisch in der Lage sind, solche Versprechen einzulösen. Daraus folgen die Verwicklungen, die das Leben eines solchen Ja-Sagers belasten. Die Angst vor dem Nein-Sagen ist so groß, dass kein Zureden hilft, auch kein Hinweis auf die schädlichen Folgen, die sich oft genug gezeigt haben. Innere Gründe halten uns davon ab, das Stück Härte und vermeintliche Grausamkeit zu leben, das uns schützen könnte. So wird der persönliche Weg Entscheidungen fordern, die uns schuldig werden lassen. Wer sich von seiner Familie trennt, wird immer seine Kinder, seinen Mann oder seine Frau an einer Stelle vital verletzen. Die Verletzung eines anderen, insbesondere eines Kindes, ist etwas Böses. Er wird diesen Weg vielleicht trotzdem gehen müssen, wenn er zu den weiteren Schritten seiner persönlichen Entwicklung stehen will. An dieser Stelle zeigt sich schon, in welcher schwierige Gefilde die Überlegungen, die sich mit Notwendigkeit aus der Schattenseite der menschlichen Natur und den Erkenntnissen der Tiefenpsychologie ergeben, führen. Hier lässt sich natürlich auch der Standpunkt vertreten, dass die Idee, überhaupt Schritte des eigenen Lebens zu tun, in sich böse ist, weil sie mit anderen ethischen Werten kollidiert. Der Verzicht auf eine persönliche Entwicklung zugunsten anderer wird absolut gesetzt. Das führt dann zu jenen Gewissensentscheidungen, für die es keine normativen Vorgaben mehr gibt. Hier stehen sich Wert und Wert gegenüber und jeder kann nur noch seine Entscheidung fällen. Handle ich so, lade ich diese Schuld auf mich, handle ich anders, dann jene. Ohne eine bestimmte Schuld kann ich meinen Weg nicht weitergehen. Ich bleibe immer der einen oder der anderen Seite etwas schuldig.

{296} C. G. Jung hat, wie schon erwähnt, die Frage des Dunklen und Bösen bis in die höchsten Wert- und Gottesvorstellungen hinein verfolgt und sich mit der Problematik einer dunklen Seite Gottes auseinander gesetzt.

{297} Auch die Auseinandersetzung mit den Dunkelheiten des Schattens beginnt mit jenen allerersten Ahnungen und Unterscheidungen, jenen «dämmerhaften Vorstellungsspuren» von denen JUNG sprach. Schritt für Schritt muss ich auch hier lernen, Dinge zu denken oder zu tun, die als böse gelten. Das kann das Sichdurchsetzen und der so genannte Egoismus sein, das kann auch weiche Seiten bei Männern und harte Seiten bei Frauen betreffen, die Abtrennung von den Eltern, der Krankenbesuch, den ich meiner alten Mutter verweigert habe oder die Spende für einen karitativen Verband, die ich nicht geben will. Zu beachten ist dabei, dass diese Gedankengänge nur im Zusammenhang mit einer verantwortlichen Bewusstwerdung richtig verstanden werden können. Meinen Ärger darüber, dass ich schon wieder um eine Spende gebeten werde, muss ich in diesem Sinne hinterfragen. Welche Seite der Psyche erscheint darin? Steht ihre Verwirklichung an?

Halbheit

{298} Wer von Ganzheit spricht, muss auch von Halbheit sprechen. Ergänzend zu dem bisher Vorgetragenen geht es darum, dass nur eine Ganzheit vollständiges Leben ermöglicht. Zwar mag geteilte Freude doppelte Freude sein, aber eine geteilte Persönlichkeit ermöglicht nur ein halbes Leben. Es gehört zu den tragischen Augenblicken im Verlauf einer Psychotherapie, wohl im Leben überhaupt, wenn jemandem die Einsicht dämmert, dass er bisher völlig oder auch größtenteils «am Leben vorbei gelebt hat». Nähere Untersuchungen zeigen, dass bestimmte Lebensbereiche diesen Menschen nicht erreichten oder er sie nie zu betreten wagte. Wir meinen, dann ein besserer Mensch zu sein, wenn wir auf die eine oder die andere Hälfte unserer Möglichkeiten oder Bedürfnisse verzichten, wenn wir selbstlos und nicht egoistisch, wenn wir hilfreich und nicht fordernd, wenn wir freigiebig und nicht geizig sind. Wir wissen aber gleichzeitig, dass Dinge mit halbem Herzen eben nicht mit ganzem Herzen getan sind und spüren das Unbehagen dabei. Die kritische Bewertung der Halbheit lässt vermuten, dass wir etwas von der Problematik um Halbheit und Ganzheit ahnen, auch wenn wir uns das noch nicht ausdrücklich bewusst gemacht haben. Dies alles gilt auch für die Stufen der Entwicklung des Lebenslaufes: C. G. Jung verdanken wir die Unterscheidung in die erste und die zweite Lebenshälfte. Die zweite Lebenshälfte, die wesentlich durch die Vorbereitung auf den Tod als Ende zumindest dieses individuellen Lebens gekennzeichnet ist, kann nicht voll gelebt werden, wenn wesentliche Punkte der ersten Lebenshälfte

Übersprungen wurden. Wer seiner verlorenen Jugend nachtrauert, hat seine Jugend nicht voll gelebt. Das sind übrigens nicht wenige Menschen. «Jugendsünden» sind wahrscheinlich für eine vollständige Entwicklung in der ersten Lebenshälfte unumgänglich. Steht diese unter dem Diktat extremer Reinheits- und Vollkommenheitsforderungen, wie das manchmal noch in konfessionellen Kreisen üblich ist, muss die dunkle Seite in späteren Jahren oft unter dramatischen Umständen und auf Irrwegen nachgeholt werden. Der Psychotherapeut «muss sich in jedem einzelnen Falle entscheiden, ob er gewillt ist, einem Menschen mit Rat und Hilfe auf dem wagnisreichen Irrwege beizustehen oder nicht. Man darf nicht mehr wissen oder zu wissen vermeinen, was richtig oder was unrichtig ist, um die Fülle des Lebens nicht auszuschließen, sondern man muss sein Augenmerk ausschließlich auf das richten, was wirklich ist. Wirklich aber ist, was wirkt. Ist das, was mir als Irrtum erscheint wirksamer und stärker als die Wahrheit, so obliegt es mir zunächst, dem Irrtum zu folgen, denn in ihm liegt Kraft und Leben, die ich verliere, wenn ich bei dem, was mir wahr scheint, bleibe. Das Licht bedarf der Dunkelheit, wie anders könnte es sonst Licht sein?» (23) Soziale Beziehungen können zerbrechen und Verpflichtungen, die für spätere Lebensabschnitte selbstverständlich und notwendig sind, unter Umständen oder zeitweise nicht eingehalten werden. Wer es unterlassen hat, sich rechtzeitig von seinen

{299} Eltern zu trennen und aus scheinbar günstigen finanziellen Gründen mit ihnen vielleicht ein Haus gebaut hat, kann in späteren Jahren vor sehr, sehr schwierigen Fragen und Auseinandersetzungen stehen. Wirtschaftliche Erwägungen sind sicher nicht zu unterschätzen, aber die Praxis zeigt, dass die Phasen der psychischen Entwicklung selten mit den finanziellen Erwägungen nahtlos koordiniert werden können. Der im Hause mit seiner Mutter lebende junge Mann mag argumentieren, dass dieses Zusammenleben so viel praktischer und damit sinnvoller sei. Die Wäsche ist leichter zu waschen, gekocht werden muss sowieso. Dennoch wird hier von beiden Seiten an der Form einer Beziehung festgehalten, die längst überholt ist. Da weder Mutter noch Sohn eine Trennung wirklich wollen, wird dieser Mann nur schwer eine Frau finden. Selbstverständlich gibt es hier soziologisch bedingte Ausnahmen, wie sie z.B. für die männliche Landbevölkerung bekannt sind. Mit der guten Beziehung des Sohnes zur Mutter wird nur ein halbes Leben gelebt. Die andere Hälfte wäre eine Trennung des Sohnes und die Beziehung zur Frau. Auch diese wird wieder eine zweite Hälfte haben, die der junge Mann gar nicht erreicht, wenn er sich nicht zu trennen wagt. Oder sie wird dann besonders schwierig werden, wenn er die Trennung zu lange aufschiebt oder unvollständig vollzieht. Die Gefahr, dann eine Partnerin zu suchen, die sich eng an das Mutterbild anlehnt, wobei auch der Gegensatz zum Mutterbild noch eine Anlehnung bleibt, ist groß. Es bleibt ein halb gelebtes Leben.

{300} In den angeführten Äußerungen hat C. G. Jung auf Faust hingewiesen und den von GOETHE vertretenen Standpunkt «Gefühl ist alles» einer vergleichbaren Einseitigkeit der Rationalität gegenübergestellt. In seinem eigenen Versuch, Ich-Funktionen voneinander abzugrenzen, hatte JUNG bekanntlich Denken und Fühlen, Intuieren und Empfinden herausgestellt. Eine ganzheitliche Ich-Entwicklung setzt voraus, dass sämtliche Funktionen ausgereift sind und zwar sowohl in ihrer extravertierten wie in ihrer introvertierten Form. Jede Funktion kann extravertiert und introvertiert gelebt werden. Die extravertierte Empfindung richtet sich z.B. vorzugsweise auf die genaue Wahrnehmung von äußeren Dingen. Der extravertierte Empfinder sieht alles sehr genau, übersieht nichts, möchte die Dinge anfassen und mit seinen Sinnen voll aufnehmen. Die introvertierte Empfindung ist entsprechend auf innere und Körpervorgänge gerichtet. Ist sie zu wenig entwickelt, merkt der Mensch vielleicht gar nicht, dass er Hunger hat oder völlig übermüdet und überarbeitet ist. Erst die körperlichen oder psychischen Zusammenbrüche weisen auf das gefährliche Fehlen der introvertierten Empfindungsfunktion hin. Diese Fragen kann ich hier nur andeuten und muss auf die entsprechende Literatur verweisen. (4, 24) Erst wenn es gelingt, uns selbst und die Umgebung mit möglichst allen Funktionen einigermaßen wahrzunehmen, werden wir uns und ihr voll gerecht. Ein Standpunkt, der nur das intellektuell und technisch Machbare zum Maß aller Dinge erhebt und das Werturteil des Gefühls dabei vernachlässigt, wird die Menschheit unweigerlich in jene Zukunftsvisionen hineinführen, die von der Zukunftsforschung heute mit Dringlichkeit aufgezeigt werden. Auch im Bereich der Ich-Funktionen und der damit verbundenen Weltanschauungen bedarf es einer ganzheitlichen Perspektive und nicht eines Standpunktes, der schon das Teil für das Ganze nimmt, pars pro toto.

{301} Das Gefühl hat in der aktuellen psychotherapeutischen Diskussion einen hohen Stellenwert. Zum Teil geht das so weit, dass rationale Überlegungen, die ein Patient oder ein Weiterbildungsteilnehmer anstellt, als Zeichen einer falschen Grundeinstellung bewertet werden. Man darf nur noch fühlen. Der Psychoanalyse wird vorgeworfen, dass sie zu kognitiv orientiert sei und den Gefühlsbereich nicht genügend berücksichtige. Jeder dieser Standpunkte hat natürlich seine Berechtigung und bringt annehmbare Kritik vor. Das ist übrigens bei klar formulierten einseitigen Standpunkten auch gar keine Schwierigkeit. Was wirklich schwierig bleibt, ist die schon behandelte (vgl. besonders Kapitel 3) Vereinigung der Gegensätze. Die Fähigkeit zu entwickeln, mit beiden Funktionen sorgfältig, bewusst und gekonnt umzugehen, ist ein langwieriger Prozess. Damit ist keine verwaschene Mitte zwischen beiden angesprochen, sondern das Nebeneinander von zwei differenzierten Ich-Funktionen und der ihnen gemäßen Einstellungen.

Aufbruch

{302} Die angestellten Überlegungen haben hoffentlich deutlich gemacht, welches schwierige Kapitel mit der Frage nach Ganzheit und Vollständigkeit angesprochen ist. Mag es uns auch biologisch vorgegeben sein, die einzelnen Stufen zu durchlaufen, seitens der Evolution liegen sicher hier entsprechende, heute objektiv bekannte Programme vor, so bleibt es immer noch ein persönlicher Entschluss, sich den Inhalten der einzelnen Lebensphasen voll bewusst

zuzuwenden. Das ist schwieriger, wenn noch vieles nachzuholen und aufzuarbeiten ist. Es ist keine Kleinigkeit, sich als erwachsene Frau oder als erwachsener Mann mit sehr energiegeladenen kindlichen Wünschen und Affekten noch einmal auseinander zu setzen und immer wieder von seinem trotzigem Jähzorn überrascht zu werden, obwohl dieser einem Dreijährigen eher als einem 43jährigen zuzubilligen wäre. Auch der Beginn einer Psychoanalyse oder einer anderen Form der Selbsterfahrung setzt einen Entschluss zum Aufbruch in das eigene Leben voraus. Die Tragweite eines solchen Entschlusses darf nicht unterschätzt werden. Es hat gute Gründe gegeben, Seiten unserer Persönlichkeit nicht wahrzunehmen, sie zu verleugnen und zu verdrängen. Die mit diesen Erlebnissen gekoppelten Ängste sind groß und können nur geduldig und langsam überwunden werden. Die Sorge, etwas falsch zu machen, nicht die richtige Entscheidung zu treffen, kann trotz besserer Einsichten noch lange belasten. Das Kind in uns, häufig gestraft, kritisiert und gekränkt, lässt sich nicht so schnell überzeugen, dass die neue Einstellung auch die bessere und sicherere wäre. Was kann nicht alles passieren wenn ich eine falsche Entscheidung treffe! Aber auch hier haben wir keine Wahl: entscheiden wir uns nicht freiwillig zum Aufbruch und zur Auseinandersetzung mit unserer dunklen Schattenseite, so holt sie uns ein und zwingt uns auf andere Weise zu einer Begegnung mit ihr. Wir können dieser Auseinandersetzung am ehesten entgehen, wenn die dunkle Seite als psychisch bedingte Körpersymptomatik durchbricht und bis zum Lebensende als körperliche Erkrankung behandelt werden kann. Die Psychoanalyse hat hier die Vermutung ausgesprochen, dass es sich bei solchen Erkrankungen um eine doppelte Verdrängung handelt, einmal in das unbewusst Psychische und noch einmal in den Körperbereich. Trifft diese Vorstellung zu, ist es wahrscheinlich, dass die mit dem Körpersymptom verbundenen psychischen Anteile noch schwerer ins Bewusstsein zurückgeholt werden können. Die körperliche Erkrankung muss dann zunächst in eine psychische Symptomatik zurückverwandelt und die Energie erst einmal in den psychischen Bereich geholt werden. Die erste Phase der Heilung besteht dann in einer neuen, diesmal neurotischen Erkrankung.

{303} «Man könnte ja alles beim alten lassen ...», diese Möglichkeit besteht auch, man weiß, was man hat.

Hinweise für den Therapeuten

{304} Alle psychotherapeutischen Handlungsmodelle, die auf eine Theorie bezogen werden, sind einem mehr oder weniger ausformulierten Ganzheitskonzept verpflichtet.

{305} In der Tiefenpsychologie zeigt sich das am deutlichsten in der ganzheitlichen Bezogenheit der Systeme Unbewusst und Bewusst. Die Theorie der «Lücken», wie sie SCHULTZ-HENCKE (25) vorgelegt hat, das Strukturmodell von FREUD (Es, Ich, Über-Ich), das Persönlichkeitsmodell der Transaktionsanalyse (Kindheits-Ich, Erwachsenen-Ich, Eltern-Ich) (26), die Vorstellung einer Gestalt, die der gestalttherapeutischen Schule zugrunde liegt (27), sie alle sind letztlich einem ganzheitlichen Denken verpflichtet.

{306} Der Aspekt der Entwicklung ist ebenfalls ein unverzichtbares Bestimmungsstück psychotherapeutischer Theorie und Praxis. Neurosen werden als Entwicklungsstörungen definiert. Ein Kernstück der psychoanalytischen Neurosenlehre ist nach wie vor die Phasenlehre der Libidio-Entwicklung. Auch FREUD's Vorstellung, dass sich die Partial-Triebe in der genitalen Sexualität vereinigen, ist im Sinne einer Ganzheitsvorstellung zu verstehen. Die heutige Ergänzung der bisherigen Modelle durch die Systemtheorie, die vom Gesamtsystem und den Subsystemen spricht, impliziert ebenfalls solche ganzheitlichen Vorstellungen. Mit der Problematik psychischer Teilsysteme hat sich auch JUNG ausführlich auseinander gesetzt. (28)

{307} Das Krankheitsverständnis der analytischen Psychologie fußt auf dem Postulat einer möglichen Vollständigkeit der Erlebens- und Verhaltensmöglichkeiten. Durch kulturelle Faktoren, die die jeweiligen Verhaltenserwartungen bestimmen, werden willkürliche Ausschnitte und damit Deformationen gesetzt. Diese sind krankheitsfördernd. Sie gelten dem Patienten, häufig auch dem Analytiker, als böse. Im Ganzheitskonzept liegt der theoretische Ansatz des Heilungsprozesses. Dieses Konzept bezieht sich sowohl auf das einzelne Individuum, das sich auf diesem Wege befindet, wie auf gesellschaftliche Prozesse, die auch im makrosoziologischen Bereich auf Ganzheiten hinsteuern. Im Ganzheitskonzept verbinden sich für C. G. Jung der phylogenetische und der individuelle Aspekt. Von der allgemeinen Lebensentwicklung her werden die biologischen und kulturhistorischen Möglichkeiten eines ganzen Menschen postuliert, der individuelle Gesichtspunkt bezieht sich auf Teilbereiche dieser theoretischen Gesamtheit von Verhaltensweisen, die durch individuelle Faktoren bedingt und durch lebensgeschichtliche Entwicklungen in ihrer Verwirklichung und Ausgestaltung gefördert oder gehindert worden sind. Nach diesem Konzept stellt jedes Individuum einen Ausschnitt aus dem Kosmos von Möglichkeiten dar. Jede Familie bietet Möglichkeiten und erzwingt zugleich bestimmte Grenzen und damit Ausfälle.

{308} Der energetische Aspekt ist für das Ganzheitskonzept der analytischen Psychologie besonders charakteristisch. Er besagt, dass die Ganzheit die Tendenz hat, sich spontan zu verwirklichen und das Ich mit entsprechenden Bedürfnissen oder Gefühlen zu konfrontieren. Daraus ergibt sich für den Analysanden und den Therapeuten die Frage, was in diesem Fall «das Unbewusste will», was jetzt im Sinne der Ganzheit und des Selbst sein könnte. Bilder, Imaginationen und Symbole sind bei der Beantwortung dieser Frage wesentliche Hilfsmittel.

{309} Da es sich bei der Auseinandersetzung mit dem Schatten auch im Hinblick auf die Gesellschaft immer wieder um konflikträchtige Fragen und Erlebnisse handelt, bedarf der Analytiker einer entsprechenden Weite und Festigkeit seines Standpunktes. Hier erweist sich wieder die Richtigkeit der Regel, dass man einen Patienten nur so lange hilfreich begleiten kann, wie sein Weg nicht die (Angst-)grenzen des eigenen Bewegungsraums überschreitet. Dort aktivieren sich die Ängste des Therapeuten, und er wird unbewusst versuchen, den

{310} Patienten von vermeintlichen Irrwegen zurückzuhalten. Die von C. G. Jung als «Pflichtenkollisionen» beschriebenen Konflikte zwischen zwei hohen Werten stellen an Therapeut und Patient große Anforderungen. Beide müssen unüberbrückbare Gegensätze über längere Zeit aushalten können. Die allgemeine Tendenz zur Abspaltung und zum Ausschluss verdeutlicht die Problematik der Ganzwerdung, wenn auch als negatives Abbild. Will der Therapeut in seinem Leben um jeden Preis Schuld vermeiden, wird er einem Patient auf diesem Stück seiner Wege, Umwege und Irrwege kein hilfreicher Begleiter sein können.

{311} Die Ganzheitsvorstellung bildet auch die Grundlage für technische Interpretationsregeln in der Arbeit mit symbolischem Material. Ausgehend von der Überzeugung, dass vom Unbewussten in kompensatorischer Weise das beigesteuert wird, was zum jeweiligen, natürlich begrenzten und deshalb relativ ganzheitlichen Leben nötig ist, stellen sich diese Möglichkeiten und Kräfte in symbolischem Material dar. Grundmodell bleiben die Ergänzungsbedürftigkeit und die Ergänzungsfähigkeit des psychischen Systems im Rahmen der Selbstregulierungsprozesse.

Für den Betroffenen

{312} Die Frage des Schattens und des Bösen und die damit verbundenen Ängste sind schwer zu ertragen und auszuhalten. Wir versuchen sie oft um jeden Preis zu vermeiden. Gleichzeitig wissen wir heute, dass es eine Illusion ist, ihnen ausweichen zu können. Die Gegensätze, der Konflikt und die Notwendigkeit, die im Konflikt auseinander gefallenen Gegensätze «an einen Tisch zu bringen», gehören zum Leben. Das gilt für den Alltag wie auch für größere Lebenszusammenhänge oder Stellungnahmen zu ethischen Fragen. Scheinbare Kleinigkeiten, wie am Nachmittag seine Zeitung zu lesen oder am Abend noch mit einer Freundin auszugehen, ohne vorher den Partner anzurufen und ihn direkt oder indirekt um Erlaubnis zu fragen, stellen oft schon schwere Alltagsentscheidungen dar. Die Ganzheit wäre in diesem Fall, das Wissen um den Konflikt zwischen den vielleicht heftig vorgetragenen Vorwürfen und Ansprüchen des Partners und den eigenen Wünschen auszuhalten. Der Ganzheit ausweichen hieße, sich entweder den Wünschen des Partners zu unterwerfen und zu verzichten oder eine Rechtfertigungsideologie für die eigenen Bedürfnisse zu entwickeln. Die Ansprüche des Partners anzuerkennen, auch seine Einseitigkeiten, und eigene Ansprüche gleichzeitig in diesem Spannungsfeld zu leben, wäre in dieser aktuellen Situation die Ganzheit. Je nach Lebensumständen wird es dem einzelnen schwerer oder leichter gemacht, die andere Seite seines Menschseins kennen zu lernen und auch als zu sich gehörig zu erleben. Wir dürfen voraussetzen, dass schließlich der ganze Mensch im Laufe der Entwicklung gewachsen und deshalb alle Fähigkeiten und Funktionen sinnvoll sind. Der abgespaltene und vereinseitigte Mensch ist deshalb eingeengt und deformiert. Dass er sich befreien will und bei den Versuchen, sich zu befreien, auch Irrwege geht, ist nicht zu vermeiden. Die vorsichtigen Andeutungen C. G. Jung's, den dämmerhaften Vorstellungsspuren nachzugehen, sind ein Hinweis für den Umgang mit uns selbst. Dass etwas lebendig wird, ist früher oder später zu bemerken. Auch das Dunkle ist ein Teil meiner Lebendigkeit, so wie mein Weg, meine Zukunft und das, dessen ich mir bewusst bin. Folgende Fragen können hilfreich sein: Was sind die dunklen Seiten meines Lebens? Wo beginnen meine Ängste, und wovor habe ich im einzelnen Angst? Was betrachte ich als hell und ideal, wie sieht meine Vollkommenheitsvorstellung aus? Bei dem Versuch, dieser Vorstellung nachzuleben, müssen notwendigerweise andere Seiten in die Dunkelheit des Unbewussten verdrängt werden. Dort unterliegen sie der Archaisierung, sie wachsen im Rahmen der Persönlichkeitsentwicklung nicht mehr mit. Sie bleiben kindlich. Ich muss mir dort wieder begegnen, wo sich meine kindliche Seite noch befindet, bei sehr frühen Sehnsüchten, Geborgenheitshoffnungen und Anklammerungswünschen, auch bei kindlichem Trotz, Jähzorn oder Wissensdurst. Ein besonders wichtiger und hilfreicher Wegweiser auf diesem Weg zur Ganzwerdung sind die Sehnsüchte, was ihr Inhalt auch immer sein mag.

6. Zeit: Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft

Thesen zum Thema

{313} Werden und Vergehen, Anfang und Ende sind Kennzeichen des Lebens, Vergänglichkeit und Zeitlichkeit binden das Leben an die Zeit. Insbesondere sind die drei Dimensionen Zeit, Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft für das Wachstum der Person und das Erleben bedeutsam.

{314} Für die analytische Psychologie sind die Zeitdimensionen auch Perspektiven für das Verständnis des menschlichen Verhaltens. Die Vergangenheitsdimension korrespondiert mit Fragen nach dem Warum und Woher, den kausalen Zusammenhängen der Lebensgeschichte. Die Erforschung und Durcharbeitung der persönlichen Geschichte und Vergangenheit ist ein wesentlicher Abschnitt des analytischen Behandlungs- und Heilungsprozesses. Identitätsfindung und das Bewusstsein der Einheit der Person, der Kontinuität des eigenen Lebens sind eng damit verknüpft. Die Vergangenheit bestimmt in vieler Hinsicht die Gegenwart, erscheint in ihr wieder und überschattet oft den Augenblick, der gerade gelebt wird. Die Vergangenheit kann kaum jemals völlig «bewältigt», wohl aber bewusst gemacht und überwunden werden. Was vergangen ist, existiert weiter in der Erinnerung, als manchmal schmerzende Narbe alter Verletzungen, als das Wissen um Defizit und Beeinträchtigung des eigenen Lebens, als vergangenes Glück.

{315} Die Gegenwart steht im Mittelpunkt aktueller theoretischer und praktischer Interessen in der Psychotherapie. C. G. JUNG hat 1912 mit seiner Theorie des Aktualkonflikts (1) auf die Bedeutung des Hier-und-Jetzt verwiesen und die Vorherrschaft der Vergangenheit, die immer wieder betont wurde, relativiert. Das Leben in der Gegenwart ist eingebettet in Vergangenheit und Zukunft. Es ist ein Kennzeichen neurotischer Entwicklungsstörungen, dass der Blick zurück und das Verhaftetsein an unwiderruflich Vergangenes oder eine meist angstvolle Beschäftigung mit der Zukunft die Gegenwart prägen und das Erleben des Augenblicks blockieren können. Umgekehrt steht die Wiederentdeckung der Gegenwart in der neueren Psychotherapie in der Gefahr, Vergangenheit und Zukunft zu sehr zu relativieren oder gar auszuschließen. Die Lebensperspektive wird auf diese Weise zu flach, der Patient wesentlicher Dimensionen seiner Existenz beraubt.

{316} Wie die Vergangenheit uns binden kann, so wirft die Zukunft ihre Schatten voraus. Der Umgang mit dieser Zeitdimension ist so notwendig wie wesentlich und schwierig. C. G. JUNG hat dem zielgerichteten und zielsuchenden, dem zukunftsorientierten, finalen und prospektiven (vorausschauenden) Aspekt großes Gewicht zugemessen. Mag die Frage der Zukunft auch wissenschaftlich und erkenntnistheoretisch schwierig zu bewältigen sein, sie gehört so zentral zum normalen wie pathologischen Erleben, dass eine Therapie ohne Zukunftsperspektive keine eigentlich menschenbezogene Behandlung ist und deshalb selbst keine Zukunft hat. Alle Symptome, auch die Blockierungen der Vergangenheit, die Bilder der Träume und andere Gestaltungen des Unbewussten, sind auf ihre Zukunftsperspektive zu untersuchen. Theoretisch gehen wir dabei davon aus, dass jeder Lebensprozess primär zukunftsorientiert ist.

{317} Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft sind mit einem Zeitmodell der linearen Abfolge, des Aufeinanderfolgens der einzelnen Ereignisse und Zeit-Punkte verknüpft. So wie die Linie aus einer Reihe von eng nebeneinander liegenden Punkten besteht - wie die Geometrie es beschreibt -, so ist es die Zeit in entsprechender Weise. Wir kommen trotzdem nicht ohne ein Zeitmodell der Gleichzeitigkeit und des Nebeneinanders aus, weil wir zumindest im Organismus Formen des Vorherwissens und des Ahnens der Zukunft beobachten können. Jede Heilung setzt voraus, dass der Organismus «weiß», was ihm dienlich ist. Das lineare Zeitmodell muss durch ein Modell der Zeitunabhängigkeit von Ereignissen ergänzt werden. Vorstellungen der Zeitlosigkeit, des absoluten Wissens, das auch Noch-Nicht-Wissen der Zukunft als schon gewusst einbezieht, sind uralte und urmenschliche. Die Psychologie kann diese Aspekte nicht einfach übersehen. Sie gehören so wesentlich zum menschlichen Verhalten wie die religiösen Vorstellungen oder die Vaterbindung. Sowohl JUNG wie FREUD bekannten sich zu der Hypothese, dass das Unbewusste zeitlos ist. In Widerspruch zu den geläufigen Vorstellungen des Zeitablaufes existieren im Unbewussten Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nebeneinander, also nicht nur die Vergangenheit und die Gegenwart, sondern auch die Zukunft. Therapeutisch spielt dieses Vorherwissen des Unbewussten insofern eine Rolle, als dadurch dem Patienten der vertrauensvolle Bezug zur eigenen Psyche und ihrem instinktiven Wissen ermöglicht wird. Ohne diesen Bezug zu den wissenden Kräften der Psyche wäre ein theoretisches Heilungsmodell nicht zu formulieren. Die erkenntnistheoretischen Schwierigkeiten sind kein zureichender Grund, darauf zu verzichten. Gelobtes Leben und Erkenntnistheorie sind nur begrenzt aufeinander beziehbar.

C. G. Jung zu diesem Thema

{318} «Trotzdem es sich bei der Geburt Christi um ein geschichtliches und einmaliges Ereignis handelt, so ist es doch immer schon in der Ewigkeit vorhanden gewesen. Dem Laien in diesen Dingen ist die Vorstellung der Identität eines Unzeitlichen und Ewigen mit einem einmaligen historischen Ereignis stets schwer gefallen. Er muss sich aber an den Gedanken gewöhnen, dass <Zeit> ein relativer Begriff ist und eigentlich ergänzt werden sollte durch den Begriff einer gleichzeitigen) . . . Existenz aller geschichtlichen Vorgänge. Was im Pleroma als ein ewiger <Vorgang> vorhanden ist, das erscheint in der Zeit als aperiodische Sequenz, d.h. in vielfacher unregelmäßiger Wiederholung.» (2)

{319} «Die dem Bewusstsein präexistente Psyche (z.B. beim Kind) hat einerseits Anteil an der mütterlichen Psyche, andererseits ist sie auch hinüberreichend in die Psyche der Tochter. Man könnte deshalb sagen, dass jede Mutter ihre Tochter und jede Tochter ihre Mutter in sich enthalte; jede Frau aber nach rückwärts in die Mutter und nach vorwärts in

die Tochter sich erweitere. Aus dieser Partizipation und Vermischung entsteht jene Unsicherheit in Bezug auf den Zeitmoment: als Mutter lebt man früher, als Tochter später. Durch das bewusste Erleben dieser Verbindungen entsteht ein Gefühl der Ausdehnung des Lebens über Generationen: ein erster Schritt zu der unmittelbaren Erfahrung und Gewissheit der Enthegung aus der Zeit, was ein Gefühl der Unsterblichkeit bedeutet. Das Einzelleben wird erhöht zum Typus, ja zum Archetypus weiblichen Schicksals überhaupt. ... Mit solcher Erfahrung wird das Individuum sinnvoll dem Leben der Generationen eingegliedert. ... Der einzelne ist aus seiner Vereinzelung erlöst und seiner Ganzheit wiedergegeben.» (3)

{320} «So ist die Zeit definiert durch das Unter- und Aufgehen der Sonne, d.h. durch das Absterben und die Wiedererneuerung der Libido, das Aufdämmern und Auslöschen des Bewusstseins. ... Die Zeit, dieses Leere und lediglich Formale, wird im Mysterium also durch die Wandlungen der schaffenden Kraft, der Libido, ausgedrückt, entsprechend der physikalischen Tatsache, dass sie mit dem Ablauf des energetischen Prozesses identisch ist.» (4)

{321} «Nur die Interferenz von Zeit und Raum in dem Hier-und-Jetzt schafft Wirklichkeit. Ganzheit wird nur im Augenblick wirklich, in jenem Moment, den Faust ein Leben lang suchte.» (5)

{322} «Die synchronistischen Phänomene ereignen sich zwar in Zeit und Raum, zeigen aber eine bemerkenswerte Unabhängigkeit von diesen beiden unerlässlichen Determinanten des physischen Seins und damit auch eine Nonkonformität mit dem Kausalgesetz. Der Kausalismus unserer wissenschaftlichen Weltanschauung löst alles in Einzelvorgänge auf, welche er sorgsam von allen anderen parallelen Vorgängen zu sondern trachtet. Diese Tendenz ist zwar in Hinsicht zuverlässiger Erkenntnis unbedingt nötig, hat aber in weltanschaulicher Hinsicht den Nachteil, den universalen Zusammenhang der Ereignisse zu lockern bzw. unsichtbar zu machen, wodurch die Erkenntnisse der großen Zusammenhänge, d.h. Einheit der Welt, zunehmend verhindert wird. Alles aber, das geschieht, ereignet sich in derselben einen Welt und gehört zu ihr. Aus diesem Grunde müssen die Ereignisse einen apriorischen Einheitsaspekt besitzen, welcher aber mit der statistischen Methode kaum festzustellen ist.» (6)

{323} «Wenn wir unsere Theorie so konstruieren, dass wir die Neurose aus Ursachen in fernster Vergangenheit herleiten, dann gehorchen wir zunächst dem Drang unserer Patienten, uns von der kritischen Gegenwart möglichst weit wegzulocken. Denn hauptsächlich in der Gegenwart liegt der pathogene Konflikt.» (7)

{324} Wenn sich der Analytiker nur auf infantile Vergangenheit des Patienten konzentriert, entgeht ihm «das Wichtigste, nämlich der Konflikt und seine Anforderungen in der Gegenwart. ... Jene Reminiszenzen bedingen in erster Linie nur das Formale; das Dynamische hingegen entspringt der Gegenwart, und erst die Einsicht in die Bedeutung des Aktuellen ist wirkliches Verständnis.» (7)

{325} «Die wahrhaft erklärende Problemstellung ist jetzt eine prospektive. Wir fragen nicht mehr: Hat der Patient einen Vater- oder Mutterkomplex, oder hat er bindende unbewusste Inzestphantasien? Wir wissen heutzutage, dass natürlich jeder Mann solche hat. ... Wir fragen vielmehr: Welche Aufgaben will der Patient nicht erfüllen? Welcher Schwierigkeit des Lebens sucht er auszuweichen? ... Das habituelle Zurückweichen erzeugt eine ebenso gewohnheitsmäßige Selbstverständlichkeit, dass man Phantasien nachlebt, statt dass man Pflichten erfüllt.» (8)

{326} «Die Neurosen sind nämlich meistens durch viele Jahre hindurch aufgebaute Fehlentwicklungen, welche nicht durch einen kurzen und intensiven Prozess redressiert werden können. Die Zeit ist darum ein nicht zu ersetzender Heilfaktor.» (9)

{327} Als Beispiel für die Relativierung der Zeit im Raum religiösen Erlebens dient JUNG die Messe der katholischen Kirche, «ein noch lebendiges Mysterium.» «Es ist überflüssig zu betonen, dass sie ihre Lebendigkeit u.a. einer unzweifelhaften psychologischen Wirksamkeit verdankt, und es ist darum angezeigt, dass sich die Psychologie mit ihr beschäftige. Dass sie dieses nur vom phänomenologischen Standpunkt aus tun kann, dürfte ohne weiteres einleuchten. Die Glaubensrealitäten stehen jenseits des psychologischen Bereichs.» (10)

{328} In einer anderen Arbeit nimmt JUNG noch einmal hinsichtlich der Zeit darauf wie folgt Bezug: «In der Messe wird als ein außerweltlicher und unzeitlicher Akt Christus geopfert, und er ersteht wieder in den gewandelten Substanzen. Der rituelle Opfertod ist keine Wiederholung des historischen Geschehens, sondern der erst- und einmalige ewige Vorgang. Das Erlebnis der Messe ist daher eine Anteilnahme an einer alle Schranken von Raum und Zeit überwindenden Transzendenz des Lebens. Es ist ein Ewigkeitsmoment in der Zeit.» (11)

Sprachliches

{329} Immer wieder hört man «Ich habe keine Zeit». Oder in abgewandelter Form «Dazu nehme ich mir keine Zeit», «Dazu muss ich mir die Zeit stehlen». Solche Formulierungen deuten auf ein allgemeines Erlebnis im Hinblick auf die Zeit hin. Es scheint so, als sei die Zeit ein Besitz, den man hat, oder als sei sie eine Substanz oder ein Stoff, der in einer gewissen Menge zur Verfügung steht. Demzufolge könnte ich diese, «meine Zeit», auf verschiedene Weise verwenden, ich kann sie gut nutzen, aber auch vergeuden und mich der Zeitverschwendung schuldig machen, ich kann sie auch einfach «totschlagen». Diese und andere Ausdrücke spiegeln das Erlebnis wieder, dass die Lebenszeit begrenzt ist. Das ewige Leben bleibt ein unerfüllter Traum. Eines Tages werde ich sterben, die Zeitspanne zwischen Geburt und Tod ist jene Substanz, die ich so oder so verbrauchen, gestalten und verwenden kann. Das bewusste Erleben der Zeit dürfte an das Nachdenken über den Tod gebunden sein.

{330} Weil ich um meinen Tod weiß, wird mir die Endlichkeit meiner Lebenszeit bewusst. Je älter wir werden, umso schneller scheint diese Zeit zu vergehen, wir fühlen ja auch das Ende des Lebens näher. Der junge Mensch lebt noch im Gefühl, seine Lebenszeit vor sich zu haben, und der Gedanke an den Tod ist für ihn nur theoretisches Wissen. In der

zweiten Lebenshälfte drängt sich jedoch, nicht zuletzt, weil Kraft und Gesundheit zu schwinden beginnen, die Einsicht auf, dass dieses Leben endlich ist. Die Zeit wird zum unmittelbaren Erleben, der Umgang mit ihr zum Problem. {331} Zeit ist aber auch etwas Relatives. Es gibt Stunden, die sehr schnell vergehen, es gibt Minuten, die sich zu Stunden dehnen, und es gibt Nächte, in denen wir Schmerzen zu ertragen haben, die kein Ende nehmen wollen. Manchmal «eilt» oder «rast» die Zeit, manchmal «schleicht sie dahin und nimmt kein Ende». Zwischen einem Blick auf die Uhr und einem anderen können zu unserem Erstaunen schon Stunden oder erst Minuten vergangen sein. Auch das Gefühl der Langeweile hängt mit dieser Relativität zusammen. Wir erinnern uns an Schulstunden, die sich endlos hinzogen, und wir erinnern uns an spannende Geschichten, bei denen wir nicht merkten, wie die Zeit verging. Je mehr wir um die Endlichkeit des Lebens und die Grenzen unserer Tätigkeitsmöglichkeiten wissen, umso schneller vergeht die Zeit. Wer noch vieles tun möchte, beginnt mit seiner Zeit hauszuhalten und gar zu geizen. Auch hier bietet die Sprache wieder den Vergleich mit einer Substanz, ja einer sehr wertvollen Substanz wie Geld und Gold an, mit denen man auch vorsichtig und sparsam oder verschwenderisch umgeht. Wir sprechen nicht nur von Zeitspannen, sondern auch von Zeiträumen. Ein solcher Zeitraum kann einige Tage oder auch viele Jahre oder Jahrhunderte umfassen. Für den Zeitraum meines Lebens sind die Tage gezählt. Das durchschnittliche Lebensalter beträgt für einen Mitteleuropäer etwa 74 Jahre. Wir kennen auch die besonderen Umstände, die mit dem Wissen um einen bevorstehenden Tod, etwa bei Krebserkrankungen, verbunden sind. Plötzlich vor der Tatsache zu stehen, dass das Leben noch längstens zwei Jahre währen wird, verändert die Einstellung. So erweist sich die Zeit immer wieder als eine grundlegende Komponente menschlichen Erlebens. Diese sprachlichen Überlegungen sind auch in theoretischer Hinsicht interessant: die Zeit ist eng verbunden mit dem Raum - «Zeit-Räume» -, mit der Zahl - unsere Stunden sind gezählt - und mit der Energie - Zeit-Verschwendung. Diese Zusammenhänge beschäftigen, insbesondere seit EINSTEIN, die moderne Physik und bilden als vierte Dimension zusammen mit den drei Koordinaten des Raumes die vierdimensionale Raum-Zeit-Welt, wie sie die Relativitätstheorie sieht.

{332} Zeitaspekte sind in vielen mythologischen Bildern enthalten, insbesondere der Bezug von Zeit und Energie und damit der dynamische Aspekt der Zeit. «Im Bereich der Erforschung des Zeitbegriffes im psychischen Bereich findet sich ein wesentlicher Hinweis auf das Primat der Energievorstellung (vor der Zeit) darin, dass, historisch betrachtet, die archetypischen Personifikationen der Zeit in den verschiedensten Religionen jeweils Götter waren, welche offensichtlich primär die psychische Energie verkörpern: Im Hinduismus (Bhagavad-Gita XI, 25) erscheint z.B. der Gott Krischna dem Helden Arjuna in Gestalt seines Wagenlenkers (Vasudeva) und enthüllt ihm am Ende seine Göttlichkeit als Schöpfer und Zerstörer der Welt mit den Worten: <Wisse, ich bin die Zeit, die die Welt untergehen lässt, wenn sie dazu reif ist. > ... Auch der Gott Schiwa trug die Titel Maha-Kala (große Zeit) oder Kala-Rudra (alles verzehrende Zeit), er symbolisierte, wie Heinrich Zimmer bemerkt, die Energie des Universums, die Formen, in denen er sich offenbart, ewig schaffend, erhaltend und zerstörend. Die Personifikation von Schiva als Zeit wurde in Indien später noch durch ein anderes Bild dargestellt, durch Hypostasierung seiner aktivierenden Energie (shakti), als Göttin Kali (ein Wort, das die weibliche Form von Kāla = Zeit bedeutet).» Das Wort Kāla-Zeit wird «ethymologisch mit dem griechischen <Kairos> in Beziehung gesetzt und letzteres seinerseits mit <kairoo> = die Fäden eines Gewebes miteinander befestigen. Kairos wäre in diesem Sinne die <richtige Ordnung> in der Zeit. Die Assoziation von Kairos zu einem Gewebe der Zeitgöttin weist, nebenbei bemerkt, wieder auf die Idee eines <Feldes> hin, in welchem < Sinn Verbindungen) sich wie Fäden zu einem Gewebe zusammenordnen». (12) In einem kleinen jugoslawischen Kloster an der Adria ist er heute noch zu sehen, jener Gott Kairos, der den rechten Zeitpunkt im Gewebe der Zeitfäden bestimmt. Im Hinblick auf die engen Verbindungen zwischen dem psychischen und physikalischen Phänomen der Zeit, der Zahl und des Raumes verweise ich auf die grundlegende Arbeit von M. - L. von FRANZ, der oben stehendes Zitat entnommen ist. C. G. JUNG hat sich in seinen Werken immer wieder mit dem Phänomen der Zahl und der Zeit beschäftigt und vor allem der sinnbedingten Gleichzeitigkeit von Ereignissen, der Synchronizität, besondere Beachtung geschenkt. (13) Für JUNG war der Raum-Zeit-Quaternio «die archetypische Bedingung und Möglichkeit des physikalischen Erkennens überhaupt. Es ist unter den psychischen Quaternitäten das Ordnungsschema par excellence». (14) Auf diese Zusammenhänge kann ich hier nur andeutend hinweisen. Wenn sich Patienten intensiv mit dem Zeitproblem befassen, können auch Träume solche theoretischen Aspekte mit den Fragen des gelebten Lebens verbinden. Das Problem der verlorenen Zeit, der nicht sinnvoll gelebten Jahre, der Zeit als kostbares Gut oder als bedrohende Aufgabe spielt in vielen psychotherapeutischen Gesprächen eine große Rolle. Was bleibt von mir nach meinem Tode, hinterlasse ich Spuren? Hierzu folgender Traum: «In der Erde, über die ich mit geschlossenen Augen barfuß ging, hinterließ ich <immer bleibende>, schlangenförmige Vertiefungen. Mit diesem Gehen diente ich einer Herrscherin, von der ich wusste, dass sie zwar sehr zart, aber auch weise und sehr mächtig ist. Die Gunst dieser Herrscherin zu erlangen, war mein Ziel. Doch gab es da ein Problem, das ich nicht lösen konnte, es hieß <Zeit oder Materie>. Ich sagte immer wieder einen Satz: <Ich kann nicht mehr selbstlos sein>.»

{333} Natürlich ist es im naturwissenschaftlichen Sinne nicht beweisbar, dass zwischen der Herrscherin dieses Traumes und den oben angeführten mythologischen Parallelen zu Zahl, Zeit und Energie zwingende Verbindungen bestehen. Die Annahme ist jedoch berechtigt, dass die Aktivierung bestimmter psychischer Strukturen bei bestimmten Erlebnissen auch ähnliche Bildelemente hervorruft, selbstverständlich in individualisierter Form. Die archetypische Struktur solcher Bilder ist jedoch dabei aufweisbar. Die Träumerin befindet sich im Zeit-Feld ihres Lebens, in dem alle Ereignisse nebeneinander existieren, auch wenn sie nacheinander erscheinen. Sie sucht ihre bleibenden Spuren, die zeitunabhängigen Elemente ihres Lebens.

{334} Die Umgangssprache belehrt uns darüber, dass wir mit der Zeugung oder der Geburt in die Zeit eintreten, aber auch das Zeitliche eines Tages wieder segnen werden. Schon logisch ist zu fordern, dass zum Zeitlichen ein Nichtzeitliches oder Ewiges hinzugedacht werden muss. Wahrscheinlich könnten wir den Zeitbegriff nicht entwickeln, wenn wir nicht gleichzeitig eine Vorstellung von dem hätten, was wir als «Ewigkeit» bezeichnen. «Zeit» bedeutet für uns, dass Ereignisse nacheinander geordnet werden, die «Ewigkeit» kennt ein solches Nacheinander nicht. Die Zeit wird in MEYER's Enzyklopädischem Lexikon als «das nicht umkehrbare, nicht wiederholbare Nacheinander, das manifest, erfahrbar bzw. bewusst wird als Aufeinanderfolge von Veränderungen und Ereignissen in Natur und Geschichte» definiert. Es scheint so zu sein, dass mit «Eintritt in die Zeit» eine Abfolge solcher Ereignisse bezeichnet wird, wodurch allerdings der Blick für die Gleichzeitigkeit der Ereignisse verloren geht. Auch hier kann nur dialektisches Denken diesen erlebnisbedingten und logischen Gegensätzlichkeiten einigermaßen gerecht werden. Logisch ist es ausgeschlossen, dass die Dinge sowohl nacheinander wie gleichzeitig existieren. Die westlichen abendländischen Kulturen haben sich überwiegend für die Annahme einer linearen Abfolge der Ereignisse in der Zeit entschieden. In der folgenden Darstellung folge ich von FRANZ: Bei der Ereignisreihe A - B - C - D «gibt uns die kausale Betrachtungsweise Auskunft darüber, wie der Faktor D zustande kam: er wurde erzeugt von C, der vor D existierte, und C hat als Erzeuger seinerseits B etc. Die Chinesen hingegen richteten ihr Augenmerk nicht auf die (kausale) Sequenz von Ereignissen, sondern auf ihre sinnvolle zeitliche Koinzidenz. Wie kommt es, dass A, B, C, D alle im selben Moment am selben Ort zusammentreffen? Deshalb, weil die konkreten Ereignisse A, B dieselbe Qualität wie die psychischen Ereignisse C, D besitzen, und ferner, weil sie alle Exponenten ein und derselben Momentsituation sind. Von letzterer nimmt man aber an, <dass sie ein lesbares und verstehbares Bild ergebe). Das Denkmodell für die Kausalität setzt einen (linearem Zeitablauf voraus, ein Nacheinander, durch das (Fließen) einer Funktion erzeugt (A, B, C, D - Kausalablauf). Das Denkmodell der chinesischen Auffassung ist eher feldartig. Das Feld der synchronistischen Ereignisse (A, B, C, D) gruppiert sich gleichmäßig um den Zeitmoment TX und seine spezifische Qualität. Sie liegen im (Qualitätsfeld) des Momentes TX». (15)

{335} So schwierig das zunächst sein mag, bleibt uns keine Wahl, als die beiden Zeitmodelle nebeneinander bestehen zu lassen, da eine Synthese nur möglich ist, wenn wir die alten Vorstellungen einer einheitlichen Welt, eines unum mundus mitbedenken. (16)

{336} Die mittelalterlichen Vorstellungen, in denen von einem «Fenster in die Ewigkeit» gesprochen wird, spiegeln ebenfalls die Notwendigkeit, Zeit in diesen beiden Modellen zu denken. Irgendwo hat die Zeit «ein Loch», durch welches ein Blick in die andere nicht-zeit-gebundene Dimension der Welt möglich wird, wie es dem Gläubigen im Erlebnis der Messe geschieht. In Initialträumen, die zu Anfang analytischer Prozesse stehen, zeigen sich manchmal solche Bilder, die alle drei Zeitdimensionen umfassen und dem Analysanden wie dem Analytiker Hinweise auf das geben, was beide im Laufe des Prozesses zu erwarten haben. Wenn die Sprache unser Erleben widerspiegelt und eine Form der aus der Selbstbeobachtung erwachsenen Selbstreflexion des Menschen ist, so müssen wir diesen Doppelaspekt des Zeiterlebens festhalten. Die Frage ist weniger, ob er richtig oder falsch ist, sondern vielmehr, wie wir mit dieser Erlebnisform sinnvoll umgehen können. Es wäre sicher falsch, einen Aspekt dieses doppelten Zeitmodells absolut zu setzen. Wir können dem Gesetz der nach Ursache und Wirkung aufeinander folgenden Ereignisse unseres Lebens nicht entfliehen. Es stellt eine absolute Vorgegebenheit dar. Wir sind aber auch nicht gänzlich an sie gebunden, sondern können uns gelegentlich des Fensters in die Ewigkeit erinnern und finden uns auch hier in alten Traditionen der Menschheit, die ihren bildlichen Ausdruck gefunden haben. Es gibt einen alten Kupferstich aus dem 17. Jahrhundert (17), der zeigt, wie der geistige Pilger die gewöhnliche Raum-Zeit-Bindung verlässt und in die Welt der zeitlosen Anordnungen hineinschaut.

{337} Noch ein letzter Gedanke sei in diesem Zusammenhang erörtert: Wenn wir von «zeitbedingten Ereignissen» sprechen, so drücken wir damit unser Wissen um die Relativität von geschichtlichen Abläufen und Ideen aus. Selbst bei so wichtigen wissenschaftlichen Theorien, wie sie die Psychoanalyse darstellt, bedarf es des Hinweises, dass die theoretischen Sätze Sigmund FREUD'S auch vor dem Hintergrund der Jahrhundertwende und der Wiener Gesellschaft der damaligen Zeit zu sehen sind. Seine besondere Bewertung der Sexualität steht sicher damit in direktem Zusammenhang. Jede wissenschaftliche Wahrheit ist zeitbedingt und nicht absolut. Aber indem wir auf die Zeitbedingtheit der Ideen verweisen, bedenken wir zugleich automatisch die Möglichkeit zeitloser Ideen oder «ewiger» Wahrheiten, mögen diese auch mit den von uns anerkannten und benutzten wissenschaftlichen Mitteln nicht aufweisbar sein. Ob es solche ewigen und zeitlosen Werte gibt, ist im Rahmen der Psychologie weniger interessant als das Vorkommen solcher Vorstellungen von Zeit-Losigkeit und Ewigkeit. Dieses dialektische Gegensatzpaar ist wahrscheinlich ein grundlegender Parameter unserer psychischen Struktur, sonst hätten sich solche Bilder und Vorstellungen nicht über die Jahrtausende erhalten. Genauer müsste es so heißen: nicht wir denken das dialektische Gegensatzpaar Zeit - Zeitlosigkeit, sondern die Art unseres Denkens wird von der, und hier müsste man wirklich sagen, Präexistenz dieses dialektischen Gegensatzpaares bestimmt. «Es» denkt uns! Dasselbe lässt sich für die Zahlen sagen: «Als Archetypen, d.h. Strukturkonstanten des kollektiven Unbewussten, besitzen die Zahlen einen dynamisch-aktiven Aspekt, den es besonders ins Auge zu fassen gilt, also nicht, was wir mit den Zahlen tun können, wäre dann wichtig, sondern was sie unserem Bewusstsein antun.» (18) Frau von FRANZ bezieht sich an dieser Stelle auf die Tatsache, dass es letztlich die individuelle Zahl ist, die die Menschheit zu allen ihren verschiedenen Aussagen, die sich mit Zahlen befassen, veranlasst hat. In der analytischen Psychologie sprechen wir hier von einer archetypischen Struktur oder von der objektiven Psyche, der sich das Ich gegenübergestellt sieht. Das Ich hat gar keine Wahl, ob es diese Struktur

annehmen oder verwerfen will, es ist von ihr ebenso geprägt wie von anderen natürlichen oder historischen Konstanten und Faktoren, die es nicht zu verändern vermag. Die analytische Psychologie hat in ihrem theoretischen Modell, speziell im Konstrukt des Archetypus und des kollektiven Unbewussten, diesen Phänomenen Rechnung getragen.

{338} Eine Idee oder ein Ding mit Zeit zu verknüpfen heißt, es zu relativieren. Die Gültigkeit ist begrenzt. Hier zeigt sich wieder das Phänomen der Zeitspanne, die zu Ende gehen kann. Im ersten Kapitel dieses Buches hatte ich dargestellt, dass wir Kinder unserer Zeit sind, dass die Ströme dieser Zeit durch uns hindurchfließen und wir uns mit ihnen auseinander zu setzen haben. Der mittelalterliche Mensch stand anderen Zeitströmungen gegenüber, er lebte in anderen Zeitströmungen, und unsere Kinder werden sich mit Theorien, Wertvorstellungen und politischen Verhältnissen auseinander zu setzen haben, die uns als dann ältere Generation weniger berühren.

{339} Das Wort «berühren» legt ein weiteres Bild nahe, das in der Umgangssprache verwendet wird: so wie wir sagen, wir stehen voll und ganz im Leben, können wir uns auch mitten im Zeitgeschehen befinden oder versuchen, uns außerhalb davon zu stellen. Ganz wird es niemanden gelingen, wie sehr er es auch wünschen mag, sich neben die Zeit zu stellen und davon unberührt zu bleiben. Es gilt allerdings als ein Zeichen von überlegener Reife und Weisheit, wenn Zeit und Zeitströmungen, vor allem, wenn es modische Zeiterscheinungen sind, uns wirklich nur- noch am Rande berühren. Heißt das, dass der Weise, der solchen Abstand von seiner Zeit und von der Zeit überhaupt zu nehmen vermag - man beachte auch hier wieder das geometrische Bild des Abstandes zur Zeit - damit den zeitlosen Ideen und Werten näher steht? Gibt es vielleicht doch ein Hin und Her zwischen diesen großen Zeit-Räumen? Hier berühren wir Fragen, die jenseits gegenwärtiger wissenschaftlicher Beweisbarkeit liegen, keinesfalls aber jenseits menschlicher Erlebnisfähigkeit. Wenn die Wissenschaft Selbstzweck wird, schneidet sie sich von diesen Zugängen ab, bzw. wir lassen uns davon trennen, wenn wir dieses Zweckdenken akzeptieren. «Bei der Erforschung des Unbewussten begegnet man den merkwürdigsten Dingen, von denen sich ein Rationalist mit Abscheu wendet und nachher behauptet, nichts gesehen zu haben. Die irrationale Fülle des Lebens hat mich gelehrt, nie etwas zu verwerfen, auch wenn es gegen alle unsere (ach - so kurzlebigen) Theorien verstößt oder sich sonst wie als vor der Hand unerklärlich erweist. Man ist dadurch zwar beunruhigt; man ist nicht ganz sicher, ob der Kompass richtig zeigt, aber in Sicherheit, Gewissheit und Ruhe macht man keine Entdeckungen.» (19)

{340} Im Grunde ergibt sich eine solche Hin- und Herbewegung zwingend aus der Idee des unus mundus, der einheitlichen kosmischen Welt oder der Idee des monon, ein von BRESCH (20) postuliertes universelles Wesen, das Resultat der «abschließenden, alles-umfassenden Integration der Evolution eines Planeten». Wie wichtig dem Menschen die Frage der Zeitlosigkeit ist, zeigt sich auch daran, dass er sie Gott als Attribut zuerkennt. Zeitlichkeit und Zeitlosigkeit können auch als Eigenschaftswörter verwendet werden. Gott und die Götter sind unsterblich und damit ewig. Der höchste Wert ist der Zeit enthoben, er teilt nicht das Schicksal der Sterblichen. Sterblichsein heißt, der Zeit unterworfen sein, dem Gesetz der unaufhebbaren Aufeinanderfolge von Tagen und Zahlen ausgeliefert zu sein. Damit sind die Götter auch der Endlichkeit der Zeiträume enthoben, und wir können vor dem Hintergrund dieser uralten Menschheitsvorstellungen verstehen, dass sie allgegenwärtig gedacht werden. Gerade das ist es, was uns schon angesichts der Gleichzeitigkeit als notwendige logische Folge aus dem Vorhandensein der zeitlichen Abfolge beschäftigt hatte. Befragen wir die Sprache, so sagt sie uns, dass es Zeit und dass es Zeitlosigkeit gibt. Die Bindung an die Zeit ist unser Schicksal und unsere Chance, die Zeitlosigkeit die Hoffnung, wie sie sich in mythologischen und religiösen Vorstellungen und Erlebnissen darstellt.

Die Zeit als leise Begleiterin

{341} Tage und Wochen vergehen, ohne dass wir es bemerken. Plötzlich stellen wir fest, dass wir ein Jahr älter, unsere Kinder erwachsen geworden sind. Wir fragen uns, wohin die Zeit entflohen sei. Haben wir es gar nicht gemerkt? Im Spiegel sehen wir, dass die Haut faltiger wird oder spüren, scheinbar von einem Tag auf den anderen, ein Nachlassen der Kräfte. Auch das haben wir über längere Zeit nicht bemerkt. Ich möchte deshalb die Zeit als einen leisen, fast stummen und auch kaum merkbaren Begleiter unseres Lebens bezeichnen. Sie ist immer gegenwärtig, ob wir darauf achten oder nicht.

{342} Die drei Dimensionen oder Qualitäten der Zeit (21) nennen wir Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Sie sind täglich anwesend, unaufhörlich ereignet es sich, dass eben Erlebtes zur Vergangenheit, noch nicht Gewusstes zukünftig langsam zur Gegenwart wird. «Dreifach ist der Schritt der Zeit: zögernd kommt die Zukunft hergezogen, pfeilschnell ist das Jetzt entflohen, ewig still steht die Vergangenheit», so beschreibt es SCHILLER. Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft begleiten unsere Handlungen. Manche Augenblicke des Lebens möchten wir festhalten, doch das ist uns nicht vergönnt. Dann wird es uns bewusst, dass die Zeit unser unerbittlicher Begleiter ist. Fast möchten wir sie bitten, uns doch nur dieses eine Mal zu verlassen, ein Verweilen zu gewähren und die Stunde des Glücks vor dem Versinken in die Vergangenheit zu schützen. Aber der unabänderliche «Lauf der Zeit», häufig in großen Visionen von Weltenuhren ausgedrückt, zeigt sich dann in seiner unerbittlich-gesetzlichen Strenge. Damit scheint die Zeit doch etwas zu sein, das «abläuft», zu dem wir zwar einen Bezug haben, das uns wiederum prägt und formt, das aber völlig autonom, unabhängig von unserem Bewusstsein existiert. Beim philosophischen Nachdenken über die Zeit werden beide Standpunkte vertreten, ihre Endlichkeit und ihre Unendlichkeit. Es ist gefährlich, einen Begleiter, der uns auf Schritt und Tritt folgt, zu verleugnen. Seinen Schatten zu verkaufen oder zu verleugnen, wie es Peter Schlehmihl tat, ist ebenso verhängnisvoll, wie die Zeit als unerbittlichen und leisen Begleiter zu ignorieren.

{343} Alternde Menschen, die manchmal in fast kindisch wirkender Weise jugendlich sein möchten, stellen eine

traurige Karikatur dar. Sie verleugnen vielleicht nicht ihren Schatten, aber das Fortschreiten der Zeit. Altkluge Kinder, die die zukünftigen Lebensphasen vorwegnehmen, pflegen wir zu bedauern. Ihnen geht das Glück kindlicher Unmittelbarkeit und Naivität verloren, sie werden schon früh zu kleinen Erwachsenen und wirken entsprechend unnatürlich. Sie erleiden einen unersetzlichen Verlust. Sie verleugnen, allerdings erzwungenermaßen, ihre Zeit. Dem Phänomen der Zeitbegleitung müssten wir ein Phänomen der Zeit-Kongruenz zur Seite stellen, öffnen wir uns der Zeit und ihren Gesetzen, erkennen wir in unserem Leben Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft an, so sind wir zeitkongruent. Das ist eine Variante der Selbstkongruenz, wie sie als Kriterium psychischer Gesundheit gilt. (Siehe auch Kapitel 11.) So wie Kraft und Mut dazu gehören, den eigenen Schatten anzuerkennen, bedarf es dieser Eigenschaften auch, um zeitkongruent zu leben und die Zeit als unerbittlichen persönlichen Begleiter anzuerkennen und auszuhalten. Ich glaube, dass Don JUAN in seinen Gesprächen mit CASTANEDA ähnliches meint, wenn er vom «Tod als Ratgeber» spricht. (22) In den Psalmen heißt es: «Bedenket Euer Ende und werdet weise.» {344} In den folgenden drei Abschnitten werde ich auf jede Zeitdimension gesondert eingehen. Um ihre psychologische Bedeutung im einzelnen darstellen zu können, werde ich die relativierenden Einschränkungen, die sich aus ihrer notwendigen Verbindung ergeben, zunächst außer Acht lassen.

Vergangenheit

{345} Ganz lapidar könnte man sagen: Vergangenheit ist alles, was nicht Gegenwart ist. Jeder eben gedachte Gedanke, das gerade gesungene Lied gehört schon der Vergangenheit an. Weil es eben verklungen ist, kann ich mich unmittelbar daran erinnern und kann es gewissermaßen noch zu meiner Gegenwart rechnen. Streng genommen ist es aber vorbei. Für manchen Menschen bedeutet allein schon das ein Moment der Sinnlosigkeit: Wenn alles ohnehin so rasch vergeht, der Vergänglichkeit unterworfen ist, warum soll ich dann viel Mühe darauf verwenden? Gerade im Alltag kann das innere Schwierigkeiten bereiten. Vieles erfordert langwierige Vorbereitungen und ist dann doch rasch vorüber. Ein Vortrag, auf den man sich eine Woche oder länger vorbereitet hat, ist in 40 bis 60 Minuten gehalten, ein vorzügliches Mahl in einer, gemessen an der Vorbereitungszeit, kurzen Zeit verspeist. Gibt es davon bleibende Spuren? Was ich gesagt und getan habe, gerät so rasch in Vergessenheit. Von Vorträgen behalten wir bestenfalls einen Gedanken, kaum einen genauen Satz. Die Worte verklingen. Hat sich die Arbeit, hat sich die Angst gelohnt? Die Phantasie, «etwas Bleibendes» zu schaffen, ist das Motiv vieler Handlungen. Hier zeigt sich im persönlichen Erleben die Spannung zwischen Zeitlichkeit und dem Wunsch nach Zeitlosigkeit.

{346} Am Beispiel der Elternschaft lässt sich gut zeigen, wie schwer wir uns mit Vergänglichkeit und Vergangenheit abfinden können. Unsere Kinder sollen unser Werk fortsetzen, materiell oder ideell. Wir hoffen, dass die ihnen von uns vermittelten Werte auch für ihr Leben prägend bleiben. Wenn sie sich dann von dem abzuwenden scheinen, was uns wichtig oder heilig war, sind wir sehr enttäuscht. Waren unsere Bemühungen um unsere Kinder sinnlos, wenn sie keine solche Frucht gebracht haben? Sie scheinen vergangen und verweht, ohne ein konkretes Ergebnis im täglichen Verhalten der Kinder hinterlassen zu haben. Die Zeitdimension der Vergangenheit wird in der Vergänglichkeit erlebbar, der eigenen und all dessen, was uns umgibt. Vergänglichkeit ist schwer zu ertragen. Vergänglichkeit konfrontiert uns mit unserer Sehnsucht nach Unsterblichkeit. Wenn ich hier Begriffe wie Unsterblichkeit verwende, so beziehe ich mich auf die phänomenalen Erlebnisformen vieler Menschen, nicht auf religiöse oder philosophische Auffassungen.

{347} Vergangenheit hat aber nicht nur mit Vergänglichkeit zu tun, sie beinhaltet auch unsere Lebensgeschichte. Es ist das bleibende Verdienst der Psychoanalyse, erstmals die ausschlaggebende Bedeutung der persönlichen Biographie für die Entwicklung der Persönlichkeit und für die Entstehung neurotischer Erkrankungen nachgewiesen zu haben. Was vom Kinde aus gesehen noch Zukunft und Möglichkeit weiterer Entwicklungsschritte ist, gehört vom Erwachsenen aus gesehen schon zur persönlichen Vergangenheit. Entscheidende Faktoren der Entwicklungsgeschichte sind die Einflüsse der Eltern und der Ursprungsfamilie. Damit umfasst meine Vergangenheit aber auch die Vergangenheit meiner Familie sowie die Entwicklungsgeschichte meiner Eltern und Großeltern. Meine augenblickliche Persönlichkeitsstruktur reicht über mehrere Generationen zurück und umfasst viele Jahrzehnte oder Jahrhunderte. Persönliche Vergangenheit ist familiäre Vergangenheit. Ich bin nicht nur der Sohn meiner Mutter, meine Mutter ist auch die Tochter ihrer Eltern, die wiederum Kinder ihrer Zeit sind. Die persönliche Vergangenheit derer, die in den 50er Jahren geboren sind, reicht somit bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts und weiter zurück. Selbstverständlich ist die Kette der Generationen und Ahnen unendlich, doch kann der Nachweis entsprechender Einflüsse nur begrenzt geführt werden. Die Gewissensstruktur, die mich als modernen Menschen prägt, besteht nachweislich aus Normen, die aus dem 19. Jahrhundert stammen oder noch älter sind. Die Schatten der Vergangenheit holen uns immer ein. Bei der Erziehung ihrer Kinder wird sich eine Mutter mit ihren eigenen überkommenen Wertvorstellungen auseinander setzen und fragen, was sie von ihnen als Mutter «verlangen muss» und was sie ihren kindlichen Wünschen nachsehen kann.

{348} Es mag etwas übertrieben klingen, «die Mutter als Schicksal» zu beschreiben (23), aber die tägliche psychotherapeutische Arbeit erweist ihnen kaum zu überschätzenden Einfluss. Einige Andeutungen mögen hier genügen: Für ein Mädchen ist es schicksalsbestimmend, wenn die Eltern oder nur der eine Elternteil sich sehnlichst einen Jungen gewünscht haben. Es wird ein Schattendasein führen und alle in seiner Natur liegenden Möglichkeiten einsetzen müssen, notfalls in übertriebener Form, um sich Gehör und Recht zu verschaffen. Aber nicht nur das Geschlecht, auch die Stellung in der Geschwisterreihe ist ein entscheidender Prägefaktor. Allein schon die Verbindung von Geschlecht und Stellung in der Geschwisterreihe ermöglicht es, wesentliche Charakterzüge des Erwachsenen zu verstehen. Dem Ältesten in der Familie kommt eine ganz andere Position zu als dem Nesthäkchen. Die Eltern

versuchen, ihre Ideale einer Erziehung zu verwirklichen, und der gefühlsmäßige Stellenwert des ersten Kindes ist bei einem jungen Paar außerordentlich groß. Sein erster Zahn wird mit ganz anderer Spannung erwartet als die ersten Zähne der nachfolgenden Kinder.

{349} Dieses Kind wird auch viel genauer beobachtet als die weiteren Geschwister, und von seiner Entwicklung sind die Eltern am ehesten enttäuscht. Auf dem Ältesten lasten ganz andere Verpflichtungen im Hinblick auf seine jüngeren Geschwister wie auch häufig die Verantwortung für die Weiterführung des elterlichen oder großelterlichen Lebenswerkes. Von ihm wird mehr Bewusstheit und Reife erwartet, als er nach Maßgabe seines jeweiligen Lebensalters erbringen kann. Die persönliche Vergangenheit umfasst nicht nur diese elterlichen Einflüsse, deren Erwartungen und Hoffnungen, sondern auch meine ganz persönlichen Erlebnisse und Gedankengänge. Ein Kind steht einer verwirrenden Vielfalt von Meinungen, Beobachtungen, Erlebnissen und eigenen Gefühlen gegenüber. Wahrscheinlich stehen diese in seiner Seele sehr lange Zeit ziemlich unverbunden nebeneinander. Eines Tages jedoch hört es eine Geschichte, ein Lied oder ein Märchen, in dem es sein Schicksal wieder erkennt. In dem von ihren Eltern in den finsternen Wald hinausgeschicktem Geschwisterpaar Hänsel und Gretel erkennt es vielleicht seine Situation wieder. Und plötzlich «weiß» es, dass die Eltern es nicht haben wollten und phantasiert dazu, dabei mancherlei kritische Äußerungen erinnernd, dass es böse ist. Solche Phantasien liegen nahe, weil die Ausdrücke «böse» und «bist du wieder lieb» in der Kindererziehung noch heute eine große Rolle spielen. Lange Zeit kann das Kind mit solchen Worten wahrscheinlich nicht viel anfangen, und es verbindet damit nur die Unlustgefühle von Ohrfeigen oder elterlicher Missachtung. Der Schlüssel zu dieser chaotischen Fülle von Ereignissen liegt manchmal in diesen Geschichten. Erik BERNE hat darauf hingewiesen, dass sie die Grundlage eines Rollenkonzepts des eigenen Lebens abgeben, die er als «Script» bezeichnet hat. (24) Die Prägung geht dann so weit, dass ich selbst wie Hänsel und Gretel lebe. Ich fühle mich einsam und verstoßen, sehe mich in einem Käfig sitzen, aus dem ich nie mehr herauskomme. Als Hänsel erwarte ich, dass ein anderer mich retten wird. Höchstwahrscheinlich übergebe ich diese Retterrolle meiner Freundin oder meiner Frau, als Gretel. Bin ich verheiratet, so werde ich aus einer für mich misslungenen Ehe nicht auszubrechen wagen. Ich bleibe im Käfig und hoffe, dass eine andere Frau mich erlösen wird. Dabei ist abzusehen, dass dies der neue Käfig werden wird, sofern eine solche Frau auftaucht.

{350} In alten Zeiten sprach man vom Schicksalszwang, die Griechen nannten es Heimarmene. Die Germanen wussten, dass unsere Schicksalsfäden von den Nornen gewoben werden. Das Netz um uns liegt fest, ehe wir geboren werden. Diese mythologischen Vorstellungen sind sicher in einem noch umfassenderen Sinne zu sehen, aber ein Aspekt davon ist das Lebens- oder Rollendrehbuch, dem ich unreflektiert folge. Erfahrungsgemäß kommt der Betroffene gar nicht auf den Gedanken, dass er aus seinem Skript ausbrechen könnte. Dabei ist zu bedenken, dass ein Verlassen des Skripts mit schweren Ängsten verbunden ist. Es ist der Aufbruch ins Unbekannte. Für den einzelnen stellt sich das so dar, als müsse er diesem Lebensdrehbuch als seinem Schicksal um jeden Preis gehorchen und alles Leid erdulden. Es gibt viele Ideologien, die ein solches Leiden und Dulden glorifizieren. Infolge des Lebensrollenbuches wird die Vergangenheit zur täglichen Gegenwart. Eigentlich erlebe ich überhaupt keine Gegenwart oder gar Zukunft, weil die Prägung der Vergangenheit meine Lebensvollzüge schon vorweggenommen hat. Ich vollziehe nur noch das, was längst vorgegeben ist. Vergangenheit und Zukunft sind eins.

{351} Eine Bewältigung der persönlichen Vergangenheit besteht auch darin, dass ich mir das Skript-Netz meines Lebens anhand der für mich gefühlsmäßig wichtig gewordenen Geschichten vergegenwärtige und dann, vielleicht mit fachkundiger Hilfe, die Zwangsläufigkeit dieses Rollenverhaltens überwinden kann. C. G. Jung hat den Komplexbegriff in die wissenschaftliche Diskussion eingeführt (Siehe Kapitel 10). Auf der Grundlage der von ihm entwickelten Assoziationsmethode hat er die Komplextheorie aufgestellt und experimentell begründet. Wenn wir heute noch über keine vollständige oder übereinstimmende Liste der lebenswichtigen Verhaltens-, Erlebens- und Motivationsbereiche des Menschen verfügen, so wissen wir doch, dass es solche grundlegenden Kräfte gibt. Als Beispiel seien hier noch einmal Zärtlichkeit, Sexualität, Hingabe und Aggressionen erwähnt. Jedes Kind, ob männlich oder weiblich, orientiert sich an der Mutter. Es sucht Wege, sein Verhalten den mütterlichen Wünschen anzugleichen. Dazu benutzt es die ihm zur Verfügung stehenden Mittel, schreit zum Beispiel, um seine Mutter zur Erfüllung aktueller Wünsche und Bedürfnisse zu bewegen. Nach und nach lernt es, dass ständiges Schreien die Mutter nur nervös und böse macht, dass es keine Milch bekommt, sondern ein Gefühl der inneren Leere und Traurigkeit entsteht. Schon in diesem Alter merken wir, dass Verzicht auf einen aktiven und lauten Protest, dass ein liebes und anpassungsfähiges Verhalten die Mutter fröhlicher stimmt und die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass wir bekommen, was wir wollen. Je nachdem, in welchem Ausmaß wir von solchen Lernprozessen betroffen sind, und je nachdem, auf welche vitalen Lebensvollzüge sie sich beziehen, entwickelt sich ein zwanghafter Hingabekomplex an Personen und Kräfte, von denen wir uns abhängig glauben. In der Literatur ist dieser Komplex als «Mutterkomplex» beschrieben. (25) Der davon Betroffene zeigt eine für ihn oft problematische und störende Neigung, sich zu unterwerfen. Er wird immer bereit sein, eigene Willensimpulse, Einfälle und schöpferische Ideen zu unterdrücken oder für unnützlich oder schlecht zu halten, wenn ihm andere Sachverhalte mit entsprechender Dominanz vorgesetzt werden. Durch sein Rückzugsverhalten stätet er diese anderen Ideen sogar selbst mit entsprechender Kraft und Dominanz aus.

{352} Die Hingabefähigkeit ist eine wichtige Voraussetzung des Überlebens. Sie hängt eng mit der Anpassungsfähigkeit zusammen. Um dieses Kernelement eines Erlebniskomplexbereiches ordnen sich die Lernerfahrungen des Kindes und Jugendlichen. Sie verknüpfen sich fest mit diesem Kern, sodass die Hingabe- und Anpassungsfähigkeit eines Menschen in seinem Leben einen ganz bestimmten Charakter bekommt. Kann man kaum

noch die ursprüngliche Persönlichkeit eines Menschen erkennen, weil er sich ständig hinter Anpassungsleistungen verbirgt und auch immer damit beschäftigt ist, was andere wohl von ihm erwarten und denken, so kann ein Mutterkomplex vorliegen. Nun hat jeder Mensch aufgrund der prägenden Wirkung der mütterlichen Persönlichkeit einen solchen Komplex. Wie er sich im einzelnen gestaltet, und welche Rolle er spielt, unterscheidet sich von Mensch zu Mensch. Es steht außer Zweifel, dass der Rückblick auf die persönliche Vergangenheit, die Lerngeschichte des eigenen Verhaltens, die Kenntnis der einzelnen, zum Teil krankmachenden Faktoren ein notwendiger Teil des Heilungsprozesses und der Selbsterkenntnis sind.

{353} Auf diesem Wege werden viele Kreuzungen passiert, viele Gegensätze werden bewusst, manche bleiben in ihrer Konflikthaftigkeit bestehen. Die Rückkehr zur Vergangenheit dient dem Auffinden der Kräfte, die nicht mehr spürbar waren, sie dient der Wiederbelebung der Zukunftsmöglichkeiten. Bei aller Problematik, die damit verbunden ist, bedeutet eine Rückkehr zum Infantilen nicht nur Regression und Steckenbleiben, «sondern auch die Möglichkeit der Auffindung eines neuen Lebensplanes. Die Regression ist zurecht eigentlich auch Grundbedingung des Schöpferaktes».

(26)

{354} Diese Rückwendung zur persönlichen Vergangenheit ist nicht nur eine mit der analytischen Therapie verknüpfte Frage. Aller Wahrscheinlichkeit nach ist die Rückwärtsbewegung der Lebensenergie ein biologisch vorprogrammiertes Muster, das im folgenden Kapitel genauer behandelt wird. Das Ausweichen auf ein früheres Verhaltensschema bietet sich in bestimmten Situationen, denen das Ich nicht gewachsen ist, automatisch als Möglichkeit an. Unter der Belastung einer Krankheit verhalten wir uns eher wie Kinder als im gesunden Zustand. In größeren Gruppen zeigen sich mit Wahrscheinlichkeit Verhaltensweisen, deren sich die Gruppenmitglieder als Individuen schämen würden.

{355} C. G. JUNG bezeichnete diese Aufarbeitung der Vergangenheit als den reduktiven Aspekt einer Therapie. Dabei werden die Erlebnisse und Probleme der Gegenwart mit den Ereignissen der Vergangenheit in einen ursächlichen Zusammenhang gebracht, sie werden darauf zurückgeführt, reduziert. Von Reduktionismus spricht man, wenn dieser zurückführende, kausale Aspekt der einzige Gesichtspunkt ist, der die psychotherapeutische Arbeit leitet. Auf diese Weise sind durchaus Heilerfolge möglich. Auch der Leser, der sich noch nicht mit Psychoanalyse in engerem Sinne beschäftigt hat, wird nachvollziehen können, wie befreiend die Einsicht in gewisse Lebenszusammenhänge wirken kann.

{356} In der Psyche gibt es sehr viel «Altes». Nicht nur der Körper, auch der psychische Organismus ist als eine über Jahrtausende gewachsene Struktur anzusehen. Ohne das Zutun des individuellen Bewusstseins greift der Organismus «instinktiv» auf dieses Erbe der Menschheit zurück und nutzt es für die Gegenwart. Da wir nicht annehmen können, dass die heutigen Lebenskrisen grundsätzlich anderer Art sind als die Todesbedrohung in der Eiszeit und angesichts eines verfolgenden Raubtieres, so ist auch für den heutigen Menschen der Rückgriff auf die Erlebnisprogramme des kollektiven Unbewussten sinnvoll. Einschränkend muss bemerkt werden, dass manche der begleitenden Körperreaktionen, wie etwa das Schwitzen, in einer modernen Lebenssituation problematisch sind. Auf der Flucht vor einem Büffel ist Schwitzen wichtig, um eine Überhitzung des Körpers zu verhindern. Die Wärmeregulation, die die Körpertemperatur konstant hält, ist lebenswichtig. Erscheint aber der verfolgende Büffel in Gestalt eines gefährlichen Mitmenschen oder eines dominanten Vorgesetzten, vor dem man Angst hat, so ist die Schweißreaktion peinlich und verstärkt die Angst. Die Dominanz der alten Reaktionsweisen und die Trägheit der Natur zeigt sich hier deutlich. Der Organismus stellt sich nicht so rasch um, wie es die soziologische oder technische Entwicklung der Neuzeit erfordern würde.

{357} Dass diese Verhaltensprogramme in jedem Menschen gespeichert sind, bedeutet auch, dass die alten religiösen Vorstellungen, die Mythen und die Märchen der Völker Weltbilder darstellen, die nicht einfach von den heutigen wissenschaftlichen Weltbildern abgetrennt werden können. Das Wissen und die Suche nach dem goldenen Zeitalter ist eine uralte Vorstellung, sie liegt auch modernen Theorien und dem Fortschrittsglauben des Menschen zugrunde. Der Glaube an die magische Macht der Fahne, für die die Soldaten in den Tod gehen, und die Kraft, die von großen nationalen Symbolen ausgeht, die häufig auf den Fahnen zu sehen sind, zeigt das Gebundensein an alte und bildhafte Erlebniselemente. Einleitend hatte ich auf Vorstellungen der Zeitlosigkeit und der Ewigkeit hingewiesen. Auch sie sind nicht in unserer Zeit entstanden, prägten aber das menschliche Verhalten damals und tun es heute. Die Kenntnis der Symbolwelt des Menschen ist besonders für die analytische Kinderpsychotherapie wichtig, weil Kinder ihre Konflikte und ihre Heilungsmöglichkeiten in symbolischer Form darstellen. Um sie überhaupt sehen zu können und zu verstehen, muss der Therapeut die Bedeutung der Symbole, z.B. des Brunnens, des Wassers, des Hellen und des Dunklen, des Tieres oder der Mineralien, um nur einige zu nennen, kennen.

{358} In diesem Abschnitt hat uns die Vergangenheit in dreifacher Form beschäftigt: als Vergänglichkeit, als persönliche Lebensgeschichte und als Erbe der Menschheit.

Gegenwart

{359} In einem gewissen Gegensatz zur klassischen Psychoanalyse betonen neuere Psychotherapieformen mehr die Gegenwart. Sie geben der Befürchtung Ausdruck, dass eine ausschließliche Beschäftigung mit der Vergangenheit nicht unbedingt zum Leben hin, sondern eher davon wegführt. C. G. Jung hat das früh erkannt und sich um ein ausgewogenes diesbezügliches Verständnis neurotischer Entwicklungen bemüht. Der Vergangenheit kommt zweifellos eine beeindruckende, sogar eine erdrückende Macht zu. Wo sind dann aber die Kräfte zu finden, die dieser Macht standhalten können? Bin ich nicht so sehr der Gefangene meiner Vergangenheit, dass ich ihr nicht mehr entrinnen

kann? Ist der Käfig, in dem Hänsel sitzt, nicht sein unabwendbares Schicksal? Gibt es die Gretel in jedem Menschen? An dieser Stelle zeigt sich schon, wie schwer die drei Zeitdimensionen letztlich voneinander zu trennen sind. Die Erfahrung lehrt auch, dass die Fesseln der Vergangenheit - ein Hauptinhalt der gemeinsamen Arbeit von Patient und Analytiker - wahrscheinlich nur im Engagement für die Zukunft oder von der Zukunft her überwunden werden können. Wenn wieder Ziele sichtbar werden, beginnen sich die Fesseln der Vergangenheit zu lockern und zu lösen. Das Wort «entfesselt» könnte vor diesem Hintergrund wieder einen positiven Klang bekommen. Warum ängstigt eine «entfesselte» Vergangenheit so sehr? Es wird immer wieder betont, man solle die Vergangenheit ruhen lassen. Aber mit einer solchen Entfesselung werden auch die Kräfte frei, die durch vergangene Erlebnisse und Traumata gebunden sind. C. G. Jung hat in der mehrfach zitierten Arbeit zur Darstellung der psychoanalytischen Theorie darauf hingewiesen, dass die «wahrhaft erklärende Fragestellung jetzt eine prospektive» ist und damit einen Standpunkt der Ausschau, des Blickes nach vorn betont, als Ergänzung zum Vergangenheitsbezug. Und trotzdem: das gelebte oder auch nur leise gespürte und geahnte Leben kann nur im gelebten Augenblick, in der Gegenwart wahrgenommen werden. Um die Vergangenheit kann ich wissen, über die Zukunft kann ich mir Vorstellungen machen, erleben kann ich nur in der Gegenwart. Aus diesem Grund wird das Konzept des Hier-und-Jetzt mit Recht heute sehr betont. Auch die Erinnerung an die Vergangenheit ist ein Augenblick der Gegenwart. Am Rande sei dabei bemerkt, dass sowohl Ernst BLOCH wie C. G. Jung diese Begriffe - wenn auch nicht in dieser, manchmal sehr vereinfachten Form - zum ausschließlichen und tragenden Prinzip therapeutischen Handelns oder Philosophierens machten. In der Gegenwart begegnen sich Vergangenheit und Zukunft, «im Dunkel des gelebten Augenblicks als des wirklichen Weltknotens» treffen sie aufeinander. (27) Deutlicher als mit der Bezeichnung «Weltknoten» kann das Gewicht der Gegenwart kaum betont werden.

{360} Erfahrungsgemäß beschäftigen wir uns selten mit dem, was im Augenblick mit uns geschieht, sondern mehr mit dem, was wir von der Zukunft zu erwarten haben. Ein alltägliches Beispiel: Angesichts dessen, was in den nächsten Stunden an Belastungen auf mich zukommt, nehme ich beim Mittagessen überhaupt nicht wahr, welche Speisen vorgesetzt werden. Ich höre den Kindern nicht zu, die von der Schule erzählen, ich merke kaum, ob an diesem Tag die Sonne scheint oder ob es regnet. Das geht so weit, dass der angestrengt arbeitende Mensch den unmittelbaren Kontakt zu seinen körperlichen Funktionen völlig verliert. Er spürt gar nicht mehr, ob er hungrig und wann er müde ist. Der häufig angstvolle, manchmal aber auch hoffnungsvolle Gedanke an die Zukunft verhindert, dass ich mich in der Gegenwart, im gelebten Augenblick wohlfühle. Viele Menschen verlagern ihr eigentliches Leben auf die Zeit nach der Pensionierung. Oder sie denken daran, was sie tun werden, wenn sie diese oder jene Aufgabe erst hinter sich haben. Wenn die Kinder groß sind ..., wenn ich mehr verdiene ..., wenn ich erst einmal größer bin ..., wenn ..., wenn ... Auch der Leser kann sich fragen, was er im Augenblick spürt, während er diese Zeilen liest. Überlegen Sie sich, wie der Gedankengang wohl weitergeht, oder können Sie einen Augenblick innehalten, um dem nachzugehen, was an Gedanken, Gefühlen oder auch Körperreaktionen in Ihnen gerade angeregt wird?

{361} Es ist nicht einfach, gleichzeitig mit verschiedenen Sinnen, mit Gedanken und Gefühlen im Jetzt-und-Hier des Augenblicks zu leben. Das erfordert eine ziemliche Breite des persönlichen Bewusstseins und bedarf längerer Übung. Und dazu ist es notwendig, die Sinne einzeln zu trainieren. In der einschlägigen Literatur werden viele Übungen vorgeschlagen, das Sehen, das Schmecken, das Riechen, die Druckempfindung des Körpers, das Wahrnehmen des Angenehmen und des Unangenehmen in bestimmten Sitzhaltungen usw. Häufig merke ich erst auf die Aufforderung hin: «Setzen Sie sich einmal ganz bequem und entspannt in Ihren Stuhl», dass ich angespannt und unbequem gesessen habe. Ähnliches lässt sich auch für die Atmung sagen. Viele Patienten bleiben auf die Frage ihres Therapeuten «Was möchten Sie jetzt am liebsten tun?» eine Antwort schuldig. Sie wissen es einfach nicht. Es bedarf erheblicher Konzentration, um das Abwandern der Gedanken in die Vergangenheit oder in die Zukunft zu verhindern. Die Praxis der Meditation in Ost und West kennt diese Schwierigkeiten seit langem und verlangt vom Meditierenden strenge Disziplin.

{362} Es gibt keine neurotische Fehlentwicklung, die nicht sehr stark von Ängsten mitgeprägt wäre. Angst bezieht sich aber auf das, was mir bevorsteht bzw. was mein Handeln auslösen wird. Wenn ich diesen Gedanken denke, bin ich dann ein schlechter Mensch? Was wird mein Partner sagen, wenn ich zum besagten Zeitpunkt nicht nach Hause komme? Die Phantasie ist unsere Fähigkeit, zukünftige Möglichkeiten vorweg zu nehmen. Diese Vorausschau ist wichtig, um das Handeln planen zu können. Gleichzeitig erweist sie sich aber als ein entscheidendes Hindernis, den Augenblick voll wahrzunehmen und gegebenenfalls zu genießen.

{363} Trotz der Betonung der Vergangenheit in der Psychoanalyse ist ihr Gegenwartsbezug nicht zu übersehen. So hat FREUD schon vor der Jahrhundertwende die Aktualneurosen von den Psychoneurosen abgegrenzt. Mit dieser Einteilung verband er den Erklärungsversuch für die Entstehungsgeschichte dieser Erkrankungen sowie entsprechende therapeutische Anweisungen. Seiner Meinung nach bedingt die jeweils aktuelle Stauung der sexuellen Energie, ihre behinderte Abfuhr oder Lebensmöglichkeit jenen psychosomatischen Zustand, der mit der frei flottierenden Angst der Angstneurosen, der hauptsächlichen Form der Aktualneurosen, in Verbindung gebracht wurde. (28)

{364} C. G. Jung hat auf das zur gewohnheitsmäßigen Selbstverständlichkeit gewordene «habituelle Zurückweichen» des Neurotikers vor den Aufgaben der Gegenwart hingewiesen und dem Aktualkonflikt die zentrale Stelle im Neurosekonzept zugewiesen, die ihm nach unserem heutigen Verständnis auch zukommt. «Erst die Einsicht in die Bedeutung des Aktuellen ist wirkliches Verständnis.» (29) Damit hat er eine Diskussion eröffnet, die sich erst in den letzten Jahren zu einer entsprechend fruchtbaren Weiterentwicklung von Theorie und Technik der Psychotherapie

entfaltet hat. Das Kernstück eines umfassenden Neurosekonzepts muss nicht nur die Vergangenheit, sondern auch die Gegenwart mit umfassen. Die Vergangenheit liefert die formalen Möglichkeiten, in der Gegenwart ereignet sich der Konflikt. Die einschränkenden Normen des Über-Ichs und die Ansprüche der Triebwelt erleben wir heute angesichts einer verlockenden Situation. In dem Augenblick spielt es auch keine Rolle, ob das Verbot ursprünglich von der Mutter oder dem Pfarrer kam und wie sich in früheren Jahren solche Konflikte dargestellt oder entwickelt haben.

{365} Jetzt, in diesem Augenblick, treffen die scheinbar unvereinbaren Wünsche aufeinander. Soll ich das, was ich aussprechen möchte, auch wirklich sagen oder ist das Risiko zu groß? Gelte ich dann als unverschämt oder anspruchlich? Der Wunsch, ein akzeptabler Mitmensch zu sein, aber gleichzeitig die eigenen Interessen zu verfolgen, führt zu solchen Schwierigkeiten. Dieser Konflikt spielt sich heute ab, in dieser Situation, im Bezug zu diesem Menschen. Infolgedessen ist es auch die augenblickliche Entscheidung, die entweder eine alte neurotische Struktur weiter festschreibt oder den ersten Schritt zu ihrer Lockerung und ihrer Veränderung darstellt. Alle Entwicklungsstörungen, die in der persönlichen Vergangenheit entstanden sind, spiegeln sich in aktuellen Konfliktsituationen wider. Das Wissen um ihre Herkunft bietet die Möglichkeit, sie zu erkennen und zu verstehen, die Lösung bzw. Aufarbeitung geschieht in der Gegenwart. Deswegen ist beides zu betonen: die Tat im Heute-und-Hier und das Wissen um das Woher und Warum.

{366} Die Bedeutung der Gegenwart lässt sich auch noch aus einem anderen Gesichtswinkel verdeutlichen. Wie erwähnt, war FREUD der Ansicht, dass die Aktualneurose durch einen akut bedingten Stau der Lebensenergie, seiner Meinung nach der sexuellen Energie, verursacht wird. Abwehrhaltungen des Ich verhindern das Fließen dieser Energie. Damit sind das Ich, als ein psychologisches Konstrukt, wie der energetische, zugleich psychophysiologische Prozess die theoretischen Bestimmungsstücke für die Aktualneurose. Alle Prozesse, die der Energieerzeugung im Organismus dienen, laufen aber immer in der Gegenwart ab. Praktisch heißt das, dass sich das Ich tagtäglich mit solchen Energiequanten konfrontiert sieht und Entscheidungen darüber treffen muss, welche aktualisierten Kräfte es zulassen, welche anderen es verdrängen oder unterdrücken will. Die Auseinandersetzung mit der zufließenden Lebensenergie geschieht in der Aktualsituation, sie ist das Kernelement des Aktualkonflikts. Dieses Modell lässt sich schon auf die frühesten Lebenssituationen anwenden.

{367} Das tägliche Weiterschreiten des sich nach innen und außen entfaltenden Lebensprozesses sowie die natürliche, energetische Selbststeuerung des Organismus werden durch äußere und allmählich auch verinnerlichte Determinanten behindert. Die Lebensvollzüge des Säuglings stoßen zum Beispiel auf die Verweigerung der Mutter, seine Bedürfnisse auf ihr Wertesystem, in dem sich das Wertesystem ihrer sozialen Gruppe und ihrer Kultur spiegelt. Es entwickeln sich die bekannten Gegensätze zwischen den Bedürfnissen und den Lebensinteressen des Kindes und den Haltungen und Bedürfnissen der Eltern. Zur Beschreibung dieser Tatbestände hat sich das Konfliktmodell bewährt. Solche Konflikte sind aber immer Gegenwarts- oder Aktualkonflikte. Sie sind durch ihr Aneinandertreffen aktualisiert, aber zu diesem Zeitpunkt unvereinbarer Strebungen gekennzeichnet. Die gleichzeitig anzunehmenden Konfliktmöglichkeiten sind jedoch zu diesem Zeitpunkt nur potentielle Konflikte, sie können unter gewissen Umständen aktuell werden, befinden sich aber jetzt noch in der Latenz. So lässt sich ein neurotisch gestörtes Verhalten auch als Summe dieser potentiellen, latenten oder unbewussten sowie der jeweils aktuellen Konflikte definieren. Eine vom Ich abgelehnte Lebenstendenz aus dem Unbewussten, mag sie auch kaum zum Bewusstsein kommen, ist in diesem Sinne ein aktueller Konflikt. Die psychische Struktur stellt sich dann als die Summe der Konfliktbedingungen dar. Während der eine ohne schlechtes Gewissen kein Geld auszugeben vermag, ist es dem anderen unmöglich, über sich selbst etwas Positives zu denken. In dieses Modell ist die im Laufe eines Lebens sich aufbauende Stauung der Lebensenergie und die entsprechende Behinderung, dass diese Energien so fließen können wie es ihrer biologischen Artung entspricht, einzubauen. Dann erscheint eine Neurose immer «als eine Reaktion auf einen Aktualkonflikt». Sie ist dann die Summe oder die Endgestalt einer langen Serie von Aktualkonflikten, die das Ich immer wieder überfordert haben. Das verbindende Element in diesem Neurosemodell ist die Gegenwart.

{368} So ist der Hinweis C. G. JUNG's zu verstehen, dass der neurotisch Erkrankte dazu neigt, aktuellen Lebensaufgaben und entsprechenden Verpflichtungen auszuweichen. Er ergeht sich lieber in Spekulationen über die Zukunft oder trauert über seine Vergangenheit, statt anstehende Probleme aufzugreifen und nach Möglichkeit zu lösen. Er beklagt sich lieber über das Unverständnis seiner Umgebung, statt selbst aktiv zu werden, um Freunde zu gewinnen. Er bleibt passiv und hofft, dass doch noch einmal in seinem Leben ein Wunder geschieht, statt in kleinen Schritten das Notwendige zu tun, um die Situation zu ändern. Er phantasiert über eigene Möglichkeiten und Behinderungen, statt seine Verpflichtungen zu erfüllen. Über die Gesellschaft zu klagen und in ihr den großen Schuldigen zu sehen ist offensichtlich einfacher, als selbst Hand anzulegen, um aktuelle Schwierigkeiten zu meistern.

{369} So erweist sich die Gegenwart immer wieder als der Schnittpunkt, in dem sich Vergangenheit und Zukunft treffen.

Zukunft

{370} Hier ist nicht der Ort, allgemein über die schwer wiegenden düsteren Zukunftsperspektiven und den «Zukunftsschock» (30) zu schreiben, die heute viele Menschen beeindrucken. Ihr Hintergrund sei nur kurz mit Energiekrise, Grenzen des Wachstums und Umweltverschmutzung umschrieben, womit natürlich nur Teilaspekte angedeutet sind. Man könnte zur Kennzeichnung des Problems ebenso gut davon sprechen, dass in wenigen Jahren zwei Milliarden Menschen an Nahrungsmangel leiden werden. Diese Perspektiven sind so erschreckend und zugleich

überwältigend, dass nicht oft genug darauf verwiesen werden kann.

{371} Trotz dieser akuten Bedrohungen lebt der einzelne stündlich und täglich für die Zukunft. Wir planen von heute auf morgen, wir bedenken die Aufgaben der kommenden Woche, freuen uns auf die Geburt eines Kindes, ein Fest, einen Besuch oder auf den Urlaub. Das alles ist auch unsere Zukunft, zwar im kleineren Rahmen, aber erlebnisnah. Ob die Welt angesichts unseres Umgangs mit dem Leben auf der Erde noch ein Morgen hat, das wissen wir nicht.

{372} Und trotzdem können wir nicht anders leben, als uns auf den morgigen Tag einzustellen und die auf uns zukommenden Aufgaben und Verpflichtungen zu übernehmen. Die tägliche Verbundenheit mit der Zukunft soll in diesem Abschnitt besprochen werden. Sie ist natürlich etwas ganz Selbstverständliches, bedarf aber auch der Reflektion auf verschiedenen Ebenen.

{373} Unser Organismus ist auf Zukunft eingestellt und programmiert. Das zeigt etwa das Hungergefühl. Mehrmals täglich erinnert der Körper daran, dass er neue Nahrung braucht und damit neue Energie. Ohne Nahrung würden wir verhungern und sterben. Dagegen wehrt sich der Körper aber so lange und so intensiv wie irgend möglich. Nur der Geist ist in der Lage, etwa im Hungerstreik, ein «opus contra naturam» zu schaffen und um einer Idee Willen das Leben zu riskieren. Der Geist stellt sich in diesem Falle gegen die Prinzipien der körperlichen Regulation. Der Körper will überleben, er will Zukunft. Wir sind dieser Körper, und unser Zukunftswille reicht demzufolge weit in das biologische und physiologische Geschehen hinein. Die Zukunft ist nicht nur eine Idee, die wir haben, sie ist eine Dimension des Lebens. Die Zukunft erlebt, gestaltet und garantiert sich auf diese Weise täglich selbst. Würde der Mensch nicht mit Hilfe seines konstruktiven oder destruktiven Geistes in dieses Naturgeschehen eingreifen, die Zukunft wäre wahrscheinlich nicht gefährdet. Man könnte sogar jedes Einzelwesen als ein Werkzeug der Zukunft des Lebens betrachten, seine Existenz ordnet sich in diesen Rahmen mühelos ein. Es geht offensichtlich nicht nur um den Sinn eines persönlichen Lebens, jeder nimmt auch an der Zukunft des Lebens überhaupt tätigen Anteil.

{374} Im Laufe der Entwicklungsgeschichte wurden immer neue Zukunftswerkzeuge «erfunden», um die Organismen zum Überleben und zur Fortzeugung zu befähigen, die Brut und Jungtiere zu schützen und die Art oder den Stamm zu erhalten. Die Verhaltensforschung hat hierfür eine Fülle von Tatsachen beschrieben. (31, 32) Wir können der Zukunft gar nicht entfliehen, weil wir sie sind. Die Feststellung, dass das Leben irgendwie weitergehen wird, stimmt in ganz umfassendem Sinne. Beobachten wir die Entwicklung eines Kindes, so zeigt sich eine tägliche Weiterentwicklung. Neue Funktionen werden eingeübt, und dieser Mensch findet in körperlicher, seelischer und geistiger Hinsicht nach und nach seine Form. Wir können durchaus sagen, dass dieser Organismus «weiß, was er will», dass alle beobachtbaren Prozesse auf gewisse Ziele hingelenkt werden. Von außen erzwungene Abweichungen von dieser Zielorientierung des Organismus beantwortet dieser mit körperlichen und seelischen Störungen bzw. Erkrankungen. Das steuernde Zentrum aller dieser Prozesse, das Selbst, befindet sich im «apriorischen Besitz des Zieles». (33) Mag diese Formulierung zunächst befremdlich klingen, so ist sie doch in der einen oder anderen Form unumgänglich.

{375} Es ist schwierig, diese allbekannten und selbstverständlichen, aber zugleich komplizierten und wissenschaftlich schwer darstellbaren Prozesse auszudrücken. Das Leben ohne Ziel und Zukunft zu denken, wäre absurd und widerspricht jeglicher Entwicklungsorientierung. Das Konzept der Entwicklung des Lebens gehört heute aber zu den allgemein anerkannten Grundprinzipien des Lebensverständnisses. Eine Alternative zur Evolutionstheorie ist kaum denkbar. Gleichzeitig ist gerade die Frage der Zukunft und der Zielorientierung des Lebens, und damit auch meines Lebens, eine höchst gegensätzliche Angelegenheit des wissenschaftlichen Nachdenkens. Der kausale Gesichtspunkt, der Blick auf die Ursachen, kann prinzipiell nur nach Rückwärts fragen. Was ist die Ursache für dieses Geschehen, welche Faktoren haben diese Entwicklung verursacht? So selbstverständlich die Frage nach Ursache und Wirkung erscheint, stellt auch sie nur eine mögliche Kategorie unseres Denkens, einen unserer Versuche dar, die chaotische Fülle des Lebens zu ordnen und zu verstehen. Das kausale Denken hat sich als außerordentlich effektiv erwiesen, es bleibt jedoch eine Konstruktion unseres Geistes und eine Folge unseres Bedürfnisses, diese Welt zu verstehen. Schon deshalb kann sie prinzipiell nicht nur die einzige Möglichkeit des Weltverständnisses darstellen. Mit der Frage nach der Zukunft ist aber zugleich die Frage irgendeines Vorauswissens um die Zukunft verbunden. Dieses Problem nun bereitet größte Denkschwierigkeiten, weil wir damit notwendigerweise auf die Frage einer vorauswissenden Instanz stoßen, ob wir diese nun außerhalb der menschlichen Existenz oder innerhalb des Organismus lokalisieren. Woher «weiß» der Organismus eines Kindes, welche Form er annehmen wird, und «weiß» er das überhaupt? Ist denn Zukunft nicht immer schon ein Gewusstes in der Vergangenheit, weil dieses Wissen im Organismus längst vorhanden war, ehe die Zukunft eintrat? Wenn Ernst BLOCH von der «Latenz der Zukunft» (34) spricht, so stellt sich ihm dasselbe Problem. Was heißt «Latenz der Zukunft»? Wir können es kaum anders verstehen, als dass die Zukunft schon da ist, ehe wir sie erlebt haben. Da wir aber von der Zukunft und den spontanen Zielen in einer Entwicklung einfach nicht absehen können, wenn wir menschliches Verhalten verstehen wollen, haben wir nur die Wahl, unsere Zeitmodelle zu erweitern. Unser Zeitverständnis mag uns als völlig natürlich erscheinen, es ist aber der Kausalität vergleichbar und deshalb nur eine Möglichkeit unseres Geistes, die Welt zu ordnen. Selbstverständlichkeit heißt noch nicht absolute Richtigkeit. Der «linearen Zeit», die sich aus der Abfolge der Zeit-Punkte, dem Nacheinander der Ereignisse konstruiert und zusammensetzt, muss ein Zeitfeld des Nebeneinander, der Gleichzeitigkeit aller Ereignisse auf dieser Welt, ergänzend zugesellt werden. Wie schon dargestellt, wäre dieses Zeitfeld dann das Feld aller Möglichkeiten, hier befänden sich alle Ereignisse, ehe sie in den bewussten Erlebnisraum mit seinem zeitlichen Nacheinander eintreten. Letztlich sind solche Annahmen aber auch nicht phantastischer als die Konstruktion des Nacheinander, da wir ohnehin wissen, wie relativ die Kategorie «Zeit» ist.

{376} Ich glaube, dass wir die Konsequenzen aus der Auffassung der Zeitlosigkeit des Unbewussten in theoretischer Hinsicht noch nicht gezogen haben. Eine dieser Konsequenzen wäre, dass das Unbewusste ein von der Bewusstseinskategorie Zeit unberührtes Feld menschlicher Verhaltensmöglichkeiten ist, in dem sich Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft als unterscheidende Kategorien erübrigen, weil die Ereignisse nebeneinander existieren. Die analytische Psychologie vertritt diese Auffassung, menschliches Verhalten ist für sie nur unter der Annahme beider Zeitmodelle einigermaßen verständlich.

{377} Es ist unerfindlich, wie man seelische Phänomene als richtungsorientierte Hinweise des Unbewussten denken und deuten will, ohne eine entsprechende Theorie der Zukunft und der Zielorientierung zu entwickeln. Es sei denn, man denkt, was man nicht tut oder tut, was man nicht durchzudenken wagt. Das Unbewusste weiß, was jetzt für diesen Menschen im Sinne seiner Heilung nötig und nützlich ist. Der Therapeut verlässt sich auf diese zu entziffernden, zu deutenden Sätze des Unbewussten, erscheinen sie nun in der Sprache oder im Bild. Worauf sollte er sich auch sonst verlassen, wenn das Bewusstsein des Patienten erwiesenermaßen seine Möglichkeiten erschöpft hat und der Therapeut sich noch weniger in der Lage fühlt, dem Patienten ein neues Lebenskonzept anzubieten? Gerade einem Tiefenpsychologen muss es verdächtig erscheinen, dass die Frage, ob man Zukunft vorauswissen kann, im Unbewussten so starke affektive Reaktionen hervorruft. Man hat manchmal den Eindruck, als dürfe es einfach nicht so sein. Genau besehen macht sich der Mensch damit auf eine merkwürdige Weise blind. Bislang hatten wir dieses Vorauswissen auf einen allwissenden Gott projiziert, der, zumindest psychologisch gesehen, zunächst eine menschliche Vorstellung ist. Ohne über die Attribute Gottes hier auch nur eine Aussage machen zu wollen, scheint mir die Vermutung nahe zu liegen, dass unser Affekt gegen ein Gleichzeitigkeitsmodell der Zeit in engem Zusammenhang mit der Wandlung des Gottesbildes steht. Offenbar ist es dem Menschen unerträglich geworden, einen solch allwissenden Gott über sich zu wissen. Was wird dann aus seiner Freiheit? Unsere Überlegungen berühren hier die uralte Frage der Willensfreiheit und letztlich der Selbstbestimmung des Menschen.

{378} In der therapeutischen Arbeit ist es für den Patienten eine große Hilfe, das Unbewusste als einen inneren Begleiter zu verstehen, der über Kenntnisse verfügt, die dem Bewusstsein fehlen. Die therapeutisch angestrebte Rückverbindung des Ich und des Bewusstseins mit dem Unbewussten hat ja nur dann Sinn, wenn das verängstigte und überforderte Ich einen Zuwachs an Vertrauen und dadurch an für die Lebensgestaltung sinnvoller Information gewinnt. Es wäre paradox, ein Nichtwissen auf Seiten des Ichs mit einem Nichtwissen auf Seiten des Unbewussten zu verbinden und auf diese Weise ein sinnvolles, situationsbezogenes und heilendes Lebenswissen erhalten zu wollen. Das Ich kann aber nur dann Vertrauen zum Unbewussten gewinnen, wenn dieses mehr ist als ein Gefäß pathologischer Reaktionsmuster, abgewehrter, infantiler und archaischer Triebtendenzen, die einer mühsamen Rückbindung an das Bewusstsein und einer Aufarbeitung bedürfen. Das Unbewusste ist auch der Speicher und die Matrix der Zukunft. Diese Darstellung einer Ebene der Zukunftsfrage bedarf einer Ergänzung. Wir haben bisher ganz allgemein Organismus und Zukunft verbunden und diese Verbindung als erwiesen und lebensnotwendig dargestellt. Manchen Leser mag das erstaunt haben, da Zukunft sonst in den Erlebnisbereich gehört. Schließlich plane ich immerhin meine Zukunft, ich leide an meinen Geldsorgen angesichts der übernommenen finanziellen Belastungen, die in Zukunft monatlich auf mich zukommen. Oder ich versuche meiner Zukunft dadurch auszuweichen, dass ich das Elternhaus nicht verlasse, Kind, Sohn oder Tochter bleiben und nicht erwachsen werden will, wie es der organismische Lebensplan eigentlich vorsieht. Man bezeichnet ja Menschen, die diesen Schritt nicht tun wollen, als unreif oder kindlich. Wir setzen damit voraus, dass weitere Schritte nötig wären, um die volle Reife des erwachsenen Menschen zu erreichen. Diese Angst vor der Zukunft ist der Inhalt vieler therapeutischer Gespräche, nicht so sehr die allgemeine Bedrohung der Zukunft der Menschheit durch Wasserstoffbomben oder andere Vernichtungswaffen. Beflügelte oder ängstliche Phantasien darüber, was in Zukunft geschehen könnte, bestimmen weitgehend mein heutiges Verhalten. Was ich von meiner Zukunft erwarte oder von mir in Zukunft erwarte, steuert das Verhalten schon heute. In diesem Sinne ist die Zukunft immer in der Gegenwart anwesend. Damit berühren wir ein weites Feld menschlicher Möglichkeiten und Belastungen. Aus diesen Gründen ist gerade der Umgang mit der Zukunft in der psychotherapeutischen Sprechstunde so schwierig. Einerseits kommt es darauf an, den Patienten ganz auf die Gegenwart zu verweisen, denn im Hier-und-Jetzt vollzieht sich sein Leben. Zum anderen ist es unrealistisch, vom Hier-und-Jetzt die beiden anderen großen Dimensionen der Zeit abzuspalten und als Nichtexistenz zu betrachten. Das von der Psychoanalyse erbrachte Tatsachenmaterial beweist zur Genüge, wie nahe die Vergangenheit, selbst die fernsten Kinder- und Säuglingstage, den aktuellen Lebensbezügen ist. Und die Zukunft wirft immer ihre Schatten voraus, sie beeinflusst das Heute. Mit diesen Gegebenheiten umgehen zu können, verlangt ein flexibles, bewegliches, gesundes und entwickeltes Ich, dem seine verschiedenen Funktionen in einigermaßen ausgereiftem Zustand zur Verfügung stehen. Für die Zukunft zu sorgen, ganz im Heute zu leben und sich des kurzen Augenblicks der Gegenwart zu erfreuen, dabei um vergangene Belastungen wissend, ist eine hohe Kunst. Die in der Zukunft zu erbringenden, weil erwarteten, Leistungen können uns erdrücken. Nicht nur Kinder, auch viele Erwachsene halten noch an übertriebenen Leistungsforderungen ihrer Eltern fest. Sie müssen beweisen, dass der immer wieder gehörte Satz «Aus dir wird doch nichts» oder «du bist nicht intelligent» nicht stimmt. Oder sie müssen immer wieder neu beweisen, dass sie mindestens so fähig sind wie der von den Eltern favorisierte Bruder. Lebensplan und Zielorientierung werden von den Zukunftsvisionen mitbestimmt, die seine Eltern über diesen Menschen hatten. Im Rahmen religiöser Vorstellungen reicht die Zukunft weit über dieses Leben hinaus. Gemäß diesen Auffassungen ist das zukünftige Leben mit dem jetzt gelebten verbunden. Gerade weil die Zukunft das Leben in der Gegenwart so dominiert, wird es nur zu verständlich, dass sich das Ich jeder erdenklichen Möglichkeit der Zukunftssicherung bedient. Hierbei ist

nicht nur an berufliche Sicherheit zu denken, sondern auch an weitreichende Anpassungs- und Unterwerfungsstrategien. Schließlich ist es im Hinblick auf bedrohliche Zukunftsvisionen leichter und besser, sich so fremde Vorstellungen über Normen und Rechte zu Eigen zu machen, als eigenen Ideen zu folgen und entsprechende Risiken einzugehen. Sind es vielleicht die Zukunftsvisionen irdischer und überirdischer Art, die die Menschen zwingen, sich ängstlich an die Normen der Gegenwart zu klammern, die meistens Neuauflagen der vergangenen Normen sind? Ist das, was die meisten glauben, nicht letztlich doch das Richtige? Gerade weil die Zukunft so bedrohlich sein kann, zerstören wir sie, indem wir uns ängstlich an die Gegenwart und Vergangenheit klammern.

{379} Mit einem so grundlegenden Lebensphänomen wie der Zukunft können wir deshalb nicht sorgfältig und behutsam genug umgehen. Allein die immer wieder gehörte ängstliche Frage «Was werden andere Leute sagen, wenn ich ...» ist ein nicht zu überhörender alltäglicher Hinweis auf die Ängste, die sich mit der Zukunft verbinden. Der Wunsch, in der Gegenwart geliebt und anerkannt zu werden, beraubt uns häufig unserer Zukunft, weil wir aus Gründen der Anpassung den Mut verlieren, unsere individuelle Form zuzulassen.

{380} Uns der Zukunft auf die eine oder andere Weise zu berauben, heißt aber auch, uns unseres Lebens berauben, denn Leben und Zukunft sind engstens miteinander verbunden. Wenn ich meiner Zukunft nicht mutig entgegen gehe, verpasse ich mein Leben. Weigere ich mich, die notwendigen Schritte zur Entwicklung einer weiblichen oder männlichen Identität zu tun, werden meine Partner und meine Nachkommen diesen Mangel spüren. Ein Vater, der seine Männlichkeit nicht entwickelt hat, mag fürsorglich sein, er wird den Kindern aber kein Beispiel der Kraft und der Durchsetzung liefern können. Eine Mutter, die ihre Weiblichkeit nicht entwickelt hat, mag viel mütterliche Fürsorge zeigen, sie wird jedoch weder Söhnen noch Töchtern Grundmodelle für eine Mann-Frau-Beziehung vermitteln können, auf die diese dann in entsprechenden Lebenssituationen orientierend zurückgreifen können. Das nicht gelebte Leben ist das gefährliche Leben. Die nicht ernst genommene Zukunft ist die Bedrohung. C. G. JUNG vertrat die Auffassung, dass die Zukunft eben nicht nur zu den Möglichkeiten, sondern vor allem zu den Aufgaben des Menschen, auch im Sinne eines Anspruchs der eigenen Seele, gehört. Er spricht eindeutig von den «Gefahren der Nichterfüllung» angesichts einer «anspruchsvollen Zukunft». (35) Das ängstliche Zurückweichen vor dem Anspruch der kommenden Entwicklung und damit der eigenen Zukunft, auch noch in späteren Lebensjahren, vermag angesichts mancher Lebensschicksale verständlich sein. Dennoch fordert die Zukunft, wie die therapeutische Arbeit immer wieder zeigt, ihr Recht schon in der Gegenwart. Wir leben im Augenblick, aber wir sind eigentlich Kinder der Zukunft.

Ziele

{381} Zur Zukunft gehören Ziele. Nahziele lassen sich schnell, in unmittelbarer Zukunft erreichen, Fernziele erfordern eine andere Einstellung, größere Ausdauer, sorgfältigere Planung. Jeder Organismus strebt bewusst oder unbewusst Ziele an. So weit wir wissen, ist es dem Menschen vorbehalten, sich bewusst Ziele setzen zu können und diese vielleicht auch gegen den Willen seiner Natur, wie am Beispiel des Hungerstreiks gezeigt, zu verfolgen. Die Ziele eines Menschen, zusätzlich diejenigen seiner Eltern und Großeltern für ihn, zu kennen, stellt eine wesentliche Information über ihn dar und macht vieles verständlich, was ohne solche Kenntnis unklar bliebe. Im Hinblick auf die Ziele müssen wir mindestens drei Ebenen unterscheiden: die mehr oder weniger bewusst gesetzten Ziele, die unbewussten Ziele und die Zielrichtung des Selbst, die sich des Ichs bedient.

{382} Der Satz «Wir verfolgen immer ein Ziel» ist schwer zu widerlegen. Auch wenn ich ganz absichtslos irgendwo sitze, einfach nur da bin und nichts Bestimmtes will, ist es mein Ziel, mir einen solchen Freiraum zu gewähren. Trotz der allgemeinen Zielbestimmung menschlichen und tierischen Verhaltens wird dieser zielsetzende Prozess häufig nicht voll bewusst erlebt. Wenn eine Frau etwa sagt: «Ich würde schon gern arbeiten, aber mein Mann lässt das nicht zu», sieht das vordergründig so aus, als wüsste sie um ihr erstrebtes Ziel, kann es aber aufgrund mangelnden Verständnisses des Partners nicht erreichen. Ebenso gut könnte man behaupten: das Ziel dieser Frau ist es, Streit zu vermeiden; oder: sie sucht (= Ziel) einen Schuldigen für ihre eigene Unentschlossenheit; oder: sie will dem Risiko der beruflichen Bewährung entgehen und sich dafür ein Alibi schaffen. Weitere Möglichkeiten sind denkbar. Fast jede menschliche Haltung ist in diesem Sinne als zielgerichtetes Verhalten zu verstehen. Auffallend ist dabei allerdings, dass wir gern vermeiden, uns selbst als zielsetzend und damit auch als verantwortlich zu erleben. Selbstdarstellungen klingen häufig so, als seien andere Menschen oder äußere Umstände «schuld», also verantwortlich, also zielsetzend. Im Falle des genannten Beispiels würde nur der Mann sein Ziel, nämlich die Frau zu Hause zu behalten, durchsetzen. Wir stehen hier vor einer sehr gegensätzlichen Angelegenheit: einerseits können wir nicht umhin, Ziele zu setzen, weil der Organismus zukunftsorientiert ist, andererseits verbinden sich Zielsetzungen mit erheblichen Schwierigkeiten. Die Verantwortung für das, was man tut, dürfte dabei eine hervorragende Rolle spielen.

{383} Wir wissen auch, dass mangelnde Zielorientierung nicht nur die Frage der Eigenverantwortung, sondern auch die der Lebensverunsicherung überhaupt berührt. Frage ich einen Menschen danach, was er will oder was für ihn wichtig ist, so stelle ich ihm indirekt die Frage nach seinen Zielen. Ziellosigkeit und Zielunsicherheit bedeuten stets eine Desorientierung, die häufig mit Resignation verbunden ist. «Was soll's, ich kann meine Ideen doch nicht durchsetzen.»

{384} Die Frage nach den bewussten Zielsetzungen berührt die Frage nach den unbewussten Zielen, die jemand verfolgt. Hier gehe ich von der Voraussetzung aus, dass der Mensch nicht nur von seinen bewusst gesetzten Zielen und in diesem Sinne von seiner Zukunft gesteuert wird, sondern, und vielleicht in viel größerem Ausmaße, von unbewussten Zielvorstellungen und Zielwängen. Aufgrund vieler bitterer Erfahrungen kann schon das Kind zu dem Schluss gekommen sein, dass es sinnlos ist, etwas Neues zu versuchen, weil es sich doch nicht verwirklichen lässt. Dem

Kind wird wieder und wieder zu verstehen gegeben, dass es die Eltern immer besser können, besser wissen und selbstverständlich auch besser machen. «Komm, gib mal her, wenn ich schon sehe, wie du das in die Hand nimmst ...», so oder ähnlich lauten die entsprechenden Bemerkungen. Solche Erfahrungen stehen zunächst unverbunden nebeneinander, bis zu einem bestimmten Zeitpunkt, etwa mit dem Satz «Für mich ist es doch sinnlos, etwas zu versuchen», der rote Faden entdeckt und das Prinzip gefunden ist, das die vielen unangenehmen Situationen erklärt. Auch schmerzhaft erlebte Erfahrungen sind leichter zu ertragen, wenn sie sich in einen solchen Zusammenhang einordnen. Erstaunlicherweise hält der Mensch sehr lange an solchen Ordnungsprinzipien fest, ja verwendet viel Kraft darauf, ihre Richtigkeit zu erweisen. Dass diese Prinzipien zugleich schmerzliche und einschränkende Erlebnisse darstellen, ändert nichts an ihrer Wirksamkeit.

{385} Psychoanalytische Erfahrungen legen nahe, dass manche Menschen unbewusst einen Selbstmord anstreben, etwa durch entsprechend fahrlässiges Fahrverhalten oder indem sie «sich zu Tode arbeiten». Wer um seine Minderwertigkeit weiß, wird viele Versuche, die ihn vom Gegenteil überzeugen wollen, zu vereiteln wissen. Weist man einen solchen Menschen auf geglückte Unternehmungen hin, so entkräftet er das damit, dass das Ausnahmen seien oder auch ein blindes Huhn ein Korn finde. Dieses Festhalten an negativen Lebensvorstellungen kann durchaus damit verbunden sein, dass diese Menschen eine Befreiung von solchen Komplexen zum Ziel ihrer Therapie machen. Sie verfolgen zwei widersprüchliche Ziele, was von beiden, dem Klienten und dem Therapeuten, schwierig zu handhaben ist.

{386} Abschließend möchte ich noch einmal auf den zielsuchenden Prozess eingehen, der nicht vom Ich gesteuert wird. Das Ich ist in seinen Funktionen an das Bewusstsein und an dessen Informationsmöglichkeiten und -kapazität gebunden. Damit wird es vom kollektiven Zeitgeist geprägt und festgelegt, von den verinnerlichten kollektiven Normen zur Verantwortung gezogen, es soll Ideale erreichen, denen sich der Organismus nur widerstrebend unterwirft usw. Im großen besteht heute Einigkeit darüber, dass das Verhalten vor allem im Hinblick auf seine unbewussten Anteile vom Ich und vom Bewusstsein her allein nicht verstanden werden kann. Andere Kräfte müssen zusätzlich als bestimmende Faktoren angenommen werden. Hier kommen selbstverständlich die äußeren, von der Umgebung gesteuerten Umstände in Betracht, die keinesfalls zu unterschätzen sind, aber auch innere Kräfte. Im Persönlichkeitsmodell der analytischen Psychologie stehen sich Ich und Selbst in gegenseitiger Abhängigkeit gegenüber. Das Selbst kann seine Ziele nicht verwirklichen ohne ein wahrnehmendes, entscheidendes und handelndes Ich. Und dieses Ich bleibt ein leerer Funktionsapparat, wenn ihm keine Kräfte und Ziele zur Verfügung stehen. Zu der Frage «Was will ich?» muss sich zwangsläufig die Frage gesellen: «Was muss ich wollen, weil es in mir und aus mir so will?» Solche Ziele können sein, zu spüren, was der nächste notwendige Schritt im Leben ist, vielleicht zu wissen, dass man jetzt seine Kinder loslassen muss, um der eigenen weiteren Entwicklung willen, gar nicht so sehr um der Kinder willen, oder auch bereit zu sein, auf weitere ehrgeizige Ziele zu verzichten, die man sich für die nächste Zeit und Zukunft noch gesteckt hatte. Diese zielsuchende und zielsetzende Kraft und ihr Anspruch an das Ich oder die Art, wie das Ich solche Ansprüche erlebt, lässt sich phänomenologisch mit den alten Vorstellungen eines Gotteswillens vergleichen. Es ist wie ein inneres Muss, ein Nicht-anders-Können, wie das Erlebnis einer Kraft, die keinen Widerstand duldet. Dem Ich käme die Rolle des sorgfältigen Wahrnehmens, des Prüfens und des Verwirklichens zu.

Wachstum

{387} Das Wachsen und Reifen eines Organismus lässt sich als eine Abfolge verschiedener Phasen und Stufen beschreiben. Man spricht auch von Reifungsschritten, Entwicklungsstufen und Lebensabschnitten. Wachstum geschieht im Nacheinander einer linearen Zeit, Wachstum braucht seine Zeit. In der Psychotherapie ist Heilung häufig verbunden mit (Nach-) Reifung und weiterem Wachstum, vor allem in den Lebensbereichen, wo die Entwicklung

{388} auf einer frühen Stufe stehen bleiben musste. Wenn JUNG die Zeit als einen heilenden Faktor bezeichnet hat, so meint er eine den biologischen und psychologischen Reifungsprozessen entsprechende Zeit. Hier können «normale» Zeiten viel länger sein als bei technisch gesteuerten Prozessen. Dort sind Produktionszeiten unendlich viel kürzer, als wir es in der Natur beobachten können. Wahrscheinlich lassen sich natürliche Prozesse auch nicht ohne Schaden beschleunigen. Wir sprechen heute zwar von Kurztherapien, glücklicherweise jedoch noch nicht von Schnelltherapien. Die Bemühung um eine Verkürzung der Therapiezeit hat aber auch gezeigt, dass eine solche Verkürzung nur unter der Voraussetzung einer begrenzten Zielsetzung und einer Arbeit an bestimmten Brennpunkten (36) zu verwirklichen ist.

{389} Auch später im Leben einsetzende Wandlungen brauchen ihren Zeit-Raum. Verständlicherweise wünscht sich jeder rasche Ergebnisse und das Verschwinden einer belastenden Symptomatik. Wunsch und Wirklichkeit klaffen hier jedoch oft beträchtlich auseinander. Unser bewusstes Zeitgefühl ist inzwischen so stark an den von Maschinen erreichten möglichen Geschwindigkeiten orientiert, dass der Zugang zu biologischen Rhythmen oder das Einverständnis damit erst neu erarbeitet werden muss. Unsere Theorie der psychischen Entwicklung ist außerdem noch zu unvollständig, um genauere und begründetere Aussagen über die Notwendigkeit des Zeitaufwands bei einem therapeutisch geförderten Entfaltungsprozess zu machen. Nur zu oft muss man sich mit der Feststellung begnügen, dass «es noch nicht so weit ist». Ich selbst bediene mich hier gern des Ausdrucks: «Die Seele gibt es noch nicht frei.»

{390} Auch wenn beide, Klient und Therapeut, wissen, dass nach allen biographischen Fakten sehr heftige und sehr frühe Hass- und Rachegefühle im Unbewussten da sein müssen, kann es Jahre dauern, bis diese für das Ich erreichbar und für den betroffenen Menschen erlebbar werden. Warum das so ist, lässt sich nur vermuten. Höchstwahrscheinlich wäre das Ich noch nicht stark genug, um dem Ansturm solcher Affekte gewachsen zu sein. Ein Affektdurchbruch oder ein Affektsturm kann das Ich überschwemmen und völlig handlungsunfähig machen. Das ist der Tatbestand der

fehlenden Zurechnungsfähigkeit. An solchen Stellen zeigt sich noch einmal, wie sehr die psychischen Systeme aufeinander bezogen sind und wie die Steuerung und Koordinierung, auch in zeitlicher Hinsicht, gerade nicht vom Ich ausgehen, sondern, so die theoretische Annahme der analytischen Psychologie, vom übergeordneten und eben mehr (oder all-)wissenden Selbst.

{391} Festzuhalten bleibt, dass Ruhe und Zeit unabdingbare Voraussetzungen des ursprünglichen wie des nachträglich angeregten Wachstums sind. Auch Kindern bekommt es bekanntlich schlecht, wenn von den Eltern Unzeitgemäßes verlangt wird. Zu frühes Laufen, zu frühes Sprechen, zu früh das kleine Einmaleins können zu müssen ist in der Regel von geringem Vorteil, wenn nicht von direktem Schaden. Es mag zwar Geduld und Ausdauer auf die Probe stellen, verwunderlich ist es jedoch nicht, dass diese Prozesse «ihre Zeit» brauchen. Sind in solche Nachentwicklungen mehrere Personen direkt einbezogen, was selbst in der Einzeltherapie meistens, in der Ehe- und Familientherapie aber immer der Fall ist, so können sich solche Zeiten wesentlich verlängern, manchmal allerdings auch verkürzen, weil sich die Probleme direkter darstellen. Jeder der berührten Partner hat seinen Rhythmus und sein Zeitmaß, synchrone Verläufe sind leider nicht die Regel. Wenn der eine «schon so weit ist», vermag sich der andere noch nicht zu einem neuen Schritt durchzuringen, sondern hält am alten System fest. In diesen Zusammenhang gehört die Vorstellung des rechten Zeitpunktes. Wie in anderer Hinsicht auch, haben unsere Vorfahren das Zentrum solcher Prozesse nach außen oder in den Himmel verlegt, was wir heute in der Psyche zu entdecken beginnen. Der bis heute gebräuchliche griechische Ausdruck «kairos» besagt, dass wir es eigentlich mit einer göttlichen Konstellation zu tun haben, wenn die Dinge so zusammenstimmen, dass wir vom rechten Augenblick sprechen können. Die Gleichzeitigkeit bestimmter Gefühle oder Sätze löst deshalb auch immer ein manchmal beglückendes Erstaunen aus.

Hinweise für den Therapeuten

{392} Das therapeutische Verständnis menschlichen Verhaltens setzt den Umgang mit sämtlichen drei Zeitdimensionen voraus. Die Aufarbeitung der Biographie ist keineswegs nur eine Frage der Vergangenheitsorientierung, wenn sie sich auch zuerst vorwiegend mit vergangenen Ereignissen auseinandersetzt. Die Vergangenheit ist in der Gegenwart und in der Symptomatik des Patienten lebendig, aus ihr lassen sich auch die «finalen Tendenzen» dieses Menschen erkennen. An den Fixierungsstellen der Entwicklung zeigt sich, welche Zielorientierungen ihm versagt blieben. Eine ausgeprägte Gehemmhheitsstruktur in bestimmten Antriebsbereichen lässt sich auch im Hinblick auf eine entsprechende Zielstrebigkeit des Organismus interpretieren. Dominante Anpassungshaltungen legen die Vermutung nahe, dass die Entwicklung zunächst in Richtung Durchsetzung und aggressiver Selbstbehauptung gehen wird. Ziele lassen sich gewissermaßen aus den vorhandenen Störungen und Lücken ableiten.

{393} Eine allgemeine Theorie der Entwicklung enthält Angaben über natürliche Entwicklungsschritte und -ziele. Entwicklungsstörungen und neurotische Deformationen zeigen das entsprechende Defizit. C. G. Jung hat nicht nur für die Traumdeutung, sondern für das Verständnis der neurotischen Symptomatik überhaupt immer wieder auf die Bedeutung des finalen und prospektiven Aspekts hingewiesen. Bei jedem Verhaltenselement und jeder Symptomatik ist die Frage nach allen drei Zeitperspektiven zu stellen: wie sind die kausalen Zusammenhänge zu verstehen, was ist in der Vergangenheit geschehen, und wie hat sich diese neurotische oder Charakterstruktur entwickelt? Wie geht der Patient im Augenblick mit dieser Störung um, wie hat er sie in sein Leben eingebaut, welchen Sinn etwa im Sinne des von FREUD beschriebenen sekundären Krankheitsgewinnes zieht er daraus? Und schließlich, wohin ist dieser Mensch auf dem Wege bzw. welcher Zukunft sucht er auszuweichen? Das ist zum Verständnis der Träume besonders wichtig, weil der einzelne Traum, insbesondere aber die Traumserie, Hinweise enthalten, wie die aktuelle Mangelsituation vom Unbewussten her kompensiert wird. Der Traum macht häufig darüber eine Aussage, was der Träumer tun bzw. vermeiden sollte. Er bezieht sich häufig auf die nächste Zukunft, in vielen Initialträumen werden jedoch auch längere Zeitabschnitte und Entwicklungsphasen vorweg genommen. Träumt eine Patientin davon, dass sie barfuß über scharfe Steine oder gar Glasscherben geht, so sagt schon die Phänomenologie dieses Bildes, was hier dringend nötig wäre. Es bleibt der Interpretationskunst des Therapeuten überlassen, dieses Bild in die Wirklichkeit der Patientin so umzusetzen, dass konkrete nächste Schritte ableitbar werden.

{394} Da Psychotherapeuten gut geübt sind, die Vergangenheit des Patienten zu analysieren, sich auch mehr auf das Hier-und-Jetzt der Gegenwart zu konzentrieren beginnen, so bleibt als Aufgabe der Umgang mit der Zukunft, weshalb auch dieser Zeitdimension in dem vorausgehenden Kapitel größerer Raum eingeräumt wurde. Wir müssen hier eine Reihe wissenschaftstheoretischer Vorurteile überwinden und uns früher oder später entscheiden, ob wir mit der Zukunft als einer Realität der Psyche therapieren wollen, oder ob sie ein leeres Wort bleiben wird.

Für den Betroffenen

{395} Ihre augenblickliche Lebensweise ist in hohem Maße davon geprägt, was Ihnen an Möglichkeiten und Bedrängnissen in der bisherigen Lebensentwicklung beschieden war. Selbst ein kräftiger Organismus kann sich oft nur unter Entwicklung neurotischer Symptome oder steifer innerer Haltungen gegen Außenbedrohungen wehren. Es kostet größte Anstrengung, ständige Entmutigung oder entwürdigende Herabsetzung der eigenen Person auszuhalten und sich dagegen zu wehren. Häufig ist das nur dadurch möglich, dass ich an einer Überschätzung meiner Person festhalte, um einfach die massive Unterbewertung auszugleichen. Vielleicht bin ich doch ein Königskind. Es kommt aber der Zeitpunkt, wo ich mich in meiner gelebten Gegenwart mit den alten Kompensationsmechanismen auseinander setze und diese wieder korrigieren muss und kann, weil der Außendruck nicht mehr besteht. Das ist häufig unter der

Voraussetzung möglich, dass ich mir auch die innere Seite dieses Druckes bewusst mache. Als Erwachsener setze ich mich viel mehr selbst unter Druck, als ich von außen belastet werde. Meine Phantasien über mögliche Reaktionen der Umgebung blockieren mich meist schneller und stärker als die wirklichen Reaktionen, wenn ich es darauf ankommen ließe.

{396} Was Sie vermutlich am meisten hindert und blockiert ist, dass Sie zu Ihrer Zukunft kein natürliches, sondern nur ein von übergroßen Erwartungen oder Ängsten geprägtes Verhältnis haben. Dann wird auch die Gegenwart nicht zum voll gelebten Feld der Lebensmöglichkeiten, sondern zum Bereich der ängstlichen Beschränkung des Blickes und der Kräfte.

{397} Die Zeitperspektiven konfrontieren mich mit meinem bisher gelebten Leben, mit meinen heutigen Taten und meinen zukünftigen Möglichkeiten. Sie stellen mich vor das Faktum der Vergänglichkeit, weil nichts wirklich bleibt, und sie mahnen mich an die Vergänglichkeit angesichts der Zukunft, denn sie wird den Tod bringen. Nicht nur diese menschlichen Überlegungen, auch wissenschaftliche und allgemein erkenntnistheoretische zwingen uns dazu, uns in ein doppeltes Zeitmodell einzuordnen. Wie berührt es mich, wenn ich mir vorstelle, dass meine ganzen zukünftigen Möglichkeiten schon in mir ruhen? Dass mir die Menschen, die für meine weitere Entwicklung nötig sind, genau dann begegnen, wenn der rechte Augenblick, der Kairos, gekommen ist? Ich stelle diese Frage bewusst provokativ im Hinblick auf die fast unmögliche wissenschaftliche Beweisbarkeit. Die nur in der analytischen Situation mögliche genaue Beobachtung der kleinsten Lebensschritte und die gleichzeitige Einbeziehung der äußeren und inneren Lebensumstände lässt Korrespondenzen vermuten, die sich zurzeit jedoch jeder Messbarkeit, wenn allerdings auch nicht der erlebnismäßigen Objektivierung, entziehen. Es ist aber hilfreich für mich, von der Korrespondenz der Ereignisse auszugehen, weil sie mein Vertrauen ins Dasein vertiefen. Und selbst wenn es nur diesem Ziel diene, ohne je als objektiv richtig erklärt werden zu können, es hätte seinen Sinn erfüllt. Gerade bei diesen Fragen muss ich mir immer wieder klar werden, dass objektive Richtigkeit und Bewährung bei der Bewältigung des Lebens nicht unbedingt zusammenfallen. Viele Gedanken und Auffassungen helfen mir zu leben, die nie werden bewiesen werden können. Vieles ist bewiesen worden, was mich bei meiner Lebensbewältigung gleichgültig lässt. Solche Gegensätze muss mein kritischer, rationaler Verstand stehen lassen. Letztlich entspringt beides, das Rationale und das Irrationale, der einen menschlichen Seele.

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>

7. Lebensenergie: Stillstand und Bewegung

Thesen zum Thema

{398} Das Leben ist an energetische Abläufe gebunden, es benötigt die ständige Zufuhr von Energie zur Erhaltung des hochkomplexen Systems, von dem es abhängt. Alle Lebensvorgänge sind deshalb einer energetischen Betrachtungsweise zugänglich.

{399} Die Philosophie hat von je her um die zentrale Bedeutung der Bewegung gewusst. Es sei an dieser Stelle nur an Heraklits Ausspruch «Alles fließt» erinnert, wie auch an die besondere Bedeutung der Bewegungen in der altchinesischen Philosophie. Heute definieren wir Bewegung als Energie und könnten den Energiebegriff in diese Sätze der alten Texte einsetzen. Dem chinesischen Weisheitsbuch der Wandlungen (I-Ging) folgend, hat der Mensch vom Himmel die ursprünglich gute Natur erhalten, dass sie ihn bei allen Bewegungen leite. Vorausgesetzt sind die Bewegungen in ihrer Gesetzmäßigkeit, doch sollten sie nicht blind erfolgen. Woher kann die Leitung dieser Bewegung kommen? Früher nannte man es «das Gesetz des Himmels». Heute kennen wir andere Formulierungen dieser Gesetzmäßigkeiten, wie sie als eingespeicherte Programme im Laufe der Evolution im Menschen angelegt sind. Diese stellen die Vorgaben dar, gewissermaßen das Flussbett für den Fluss des Lebens und der Energie.

{400} Zum Lebensverständnis und zu den Erklärungsmodellen menschlichen Verhaltens gehören somit notwendigerweise Begriffe einer psychischen Energetik. C. G. Jung hat das physikalische Energiekonzept auf die psychischen Lebensprozesse übertragen und den Libidobegriff entsprechend definiert.

{401} Die Tiefenpsychologie ist mit ihrem Anliegen, die Psychodynamik von Entwicklung und Erkrankung zu erkennen, einem energetischen Modell ganz besonders verpflichtet. Wir verfügen heute über ein geeignetes Begriffssystem, um den energetischen Ablauf des Lebens zu beschreiben. Bewegung und Stillstand, Ablauf und Stockung, zielgerichteter Prozess und energetisches Potential oder persönlich gefühlte Kraft sind sprachliche Umschreibungen, Progression und Regression, Extraversion und Introversion wissenschaftliche Konstrukte der analytischen Psychologie.

{402} Der Fluss der Lebensbewegung kann in verschiedenen Entwicklungsstadien zum Stillstand kommen. C. G. JUNG hat diesen «Stillstand des Lebens» als Neurose bezeichnet. Wissenschaftliches Krankheitsverständnis wie auch Selbstverständnis des betroffenen Menschen werden durch diese energetische Betrachtungsweise bereichert.

{403} Für die persönliche Psychohygiene ist das energetische Lebensverständnis grundlegend. Der Patient drückt seine Störung häufig in alltagssprachlichen energetischen Konzepten aus: «Es stagniert alles», «Ich bin wie erstarrt».

C. G. Jung zu diesem Thema

{404} «Das Leben als ein energetischer Prozess bedarf der Gegensätze, ohne welche Energie bekanntlich unmöglich ist. Gut und Böse sind nichts anderes als die moralischen Aspekte dieser natürlichen Gegensätze. Dass wir letztere so fühlen müssen, erschwert die menschliche Existenz um ein Vielfaches. Dieses Leid, das dem Leben unvermeidlich anhaftet, ist nicht zu umgehen. Die Gegensatzspannung, welche Energie ermöglicht, ist ein Weltgesetz, passend ausgedrückt durch das Yang und Ying der chinesischen Philosophie.» (1)

{405} «Alles Menschliche ist relativ, weil alles auf innerer Gegensätzlichkeit beruht, denn alles ist energetisches Phänomen. Energie aber beruht notwendigerweise auf einem vorausgehenden Gegensatz, ohne welchen es gar keine Energie geben kann. Immer muss hoch und tief, heiß und kalt usw. vorhanden sein, damit der Ausgleichsprozess, welcher eben Energie ist, stattfinden kann.» (2)

{406} «Das Leben ist ein energetischer Ablauf wie irgendeiner. Aber jeder energetische Vorgang ist im Prinzip irreversibel und darum eindeutig auf ein Ziel gerichtet, und das Ziel ist die Ruhelage ... Das Leben ist sogar das Teleologische par excellence, es ist Zielstrebigkeit selber, und der lebende Körper ist ein System von Zweckmäßigkeiten, welche sich zu erfüllen trachten. Das Ende jeglichen Ablaufs ist sein Ziel ... Jugendliche Sehnsucht nach Welt und Leben, nach Erreichung hochgespannter Hoffnungen und ferner Ziele, ist die offenkundige Zielstrebigkeit des Lebens, welche sich sofort in Lebensangst, neurotische Widerstände, Depressionen und Phobien verwandelt, wenn sie irgendwo an der Vergangenheit hängen bleibt oder vor Wagnissen zurückschreckt, ohne welche die gesteckten Ziele nicht erreicht werden können ... Der Nährboden der Seele ist das natürliche Leben. Wer dieses nicht begleitet, bleibt in der Luft hängen und erstarrt. Darum verholzen so viele Menschen im reifen Alter, sie schauen zurück und klammern sich an die Vergangenheit mit geheimer Todesfurcht im Herzen. Sie entziehen sich dem Lebensprozess wenigstens psychologisch und bleiben darum als Erinnerungssäulen stehen.» (3)

{407} «In der gleichen Weise, wie wir in der physikalischen Natur noch einen ganz beschränkten Teil der natürlichen Energie in praktisch verwertbare Form überzuführen vermögen, während wir weitaus den größten Teil ungenutzt in Naturphänomenen sich auswirken lassen müssen, so können wir auch in unserer psychischen Natur nur einen kleinen Teil der Energie dem natürlichen Ablauf entziehen. Ein ungleich größerer Teil kann von uns nicht gefasst werden, sondern unterhält den gesetzmäßigen Ablauf des Lebens. Daher ist die Libido natürlicherweise auf die verschiedenen Funktionssysteme verteilt, denen sie nicht gänzlich entzogen werden kann. Die Libido ist in diesen Funktionen investiert als deren nicht zu verwandelnde spezifische Kraft. Nur wo es der Fall ist, dass das Symbol ein größeres Gefälle darbietet als die Natur, ist es möglich, die Libido in andere Formen überzuführen. Die Kulturgeschichte hat hinlänglich bewiesen, dass der Mensch einen relativen Überschuss an Energie besitzt, der anderer Verwendung fähig ist

als des bloß natürlichen Ablaufs. Die Tatsache, dass das Symbol diese Ablenkung ermöglicht, beweist, dass nicht alle Libido in naturgesetzmäßiger Form, die ihren regelmäßigen Ablauf erzwingt, sich festgelegt hat, sondern ein gewisses Quantum an Energie übrig geblieben ist, das man als Libidoüberschuss bezeichnen könnte ... Vorstellungssymbole sind (z. B.) religiöse Ideen, Handlungssymbole sind Riten oder Zeremonien. Sie sind die Manifestationen und der Ausdruck des Libidoüberschusses. Sie sind zugleich Übergänge zu neuen Tätigkeiten, die man spezifisch als Kulturtätigkeiten bezeichnen muss, im Gegensatz zu den gesetzmäßig ablaufenden instinktiven Funktionen.» (4)

{408} «In der sich selbst überlassenen Natur verwandelt sich die Energie ihrem natürlichen Gefälle entsprechend, wobei sie Naturphänomene aber keine (Arbeitsleistung) erzeugt. So lebt auch der Mensch, sich selbst überlassen, sozusagen als Naturphänomen und erzeugt keine Arbeit im eigentlichen Sinne des Wortes. Die Kultur aber stellt die Maschine dar, durch welche das natürliche Gefälle zur Arbeitsleistung ausgenutzt wird ... Der lebende Körper ist eine Maschine, die den aufgenommenen Energiebetrag äquivalent in andere dynamische Manifestationen verwandelt. Man kann nicht sagen, dass die physische Energie in Leben verwandelt werde, sondern bloß, dass die Umwandlung der Ausdruck des Lebens sei.» (5) «Immerhin haben wir <Willen>, nämlich disponible Energie erworben, vielleicht nicht viel, aber doch mehr als der Primitive, und brauchen deshalb keine magischen Tänze mehr, um uns zu einer Unternehmung stark zu machen, wenigstens nicht für alle gewöhnlichen Fälle. Wenn es sich hingegen um etwas handelt, das unsere Kräfte übersteigt, etwas, das auch schief gehen könnte, dann legen wir mit dem Segen der Kirche einen feierlichen Grundstein, dann taufen wir das vom Stapel laufende Schiff, man versichert sich im Kriegsfall der Hilfe eines patriotischen Gottes; der Angstschweiß hat schon den stärksten Leuten ein Stoßgebet abgepresst ...» (6)

{409} «Wenn Gott, die Sonne oder das Feuer verehrt wird, so verehrt man unmittelbar die Intensität oder die Kraft, also das Phänomen der seelischen Energie, der Libido. Jede Kraft und überhaupt jedes Phänomen ist eine gewisse Energieform. Form ist Bild und Erscheinungsweise. Sie drückt zweierlei aus: Erstens die Energie, die in ihr Gestalt gewinnt, und zweitens das Medium, in welchem die Energie erscheint.» (7) «Der Mensch kann und wird sich aber nie mit dem natürlichen Ablauf der Dinge zufrieden geben, da er immer einen Überschuss an Energie besitzt, dem ein günstigeres Gefälle geboten werden kann, als das bloß natürliche.» (8)

Lebensbewegungen

{410} Energie ist «gespeicherte Arbeitsfähigkeit, Arbeitsvermögen»(9), sie ermöglicht Bewegung. Jede Bewegung verbraucht Energie, die dem sich bewegendem System wieder zugeführt werden muss. Das Leben des Organismus oder seiner einzelnen Organe ist ein energetischer Ablauf, der einem Endzustand zusteuert, den man auch als sein Ziel bezeichnen kann. Dieses «Ziel» setzt sich entweder das Individuum ganz bewusst selbst, «bewegt sich darauf zu» und verwendet seine Energie für seine Erreichung, oder es wird ihm von innen, vom Unbewussten oder von außen gesetzt. Ein sich selbst steuerndes lebendiges System könnte in einen bewegungs- und energielosen «ausgeglichenen» Zustand absinken, wenn ihm nicht ständig über seinen Stoffwechsel neue Energie zugeführt würde. (10) Diese im Grunde physikalischen Energiekonzepte und Postulate hat C. G. Jung prinzipiell auf das psychische System übertragen und entsprechende Begriffe entwickelt, die sich eng an die Verbindung von Energie und Bewegung anschließen. Woran erkennt eine schwangere Frau, dass ihr Kind lebt? Es ist ein beglückender Augenblick, wenn sie die ersten Bewegungen ihres Kindes spürt. Bewegt sich das Kind, lebt es. Bewegung, Energie und Leben gehören zusammen. Selbst wenn die körperliche Beweglichkeit in höherem Alter eingeschränkt ist, kann die «geistige Beweglichkeit» erhalten bleiben. Wo Bewegung ist, ist Leben, wo keine Bewegung mehr ist, herrscht der Tod. Die Totenstarre, das Ersterben jeglicher Bewegungsfähigkeit, ist das sichere Kennzeichen des erloschenen Lebens.

{411} Bewegung zeigt sich durch Veränderung. Auch Kraft und Energie können wir nur an der geleisteten Arbeit oder dem zurückgelegten Weg beobachten. Arbeit ist Kraft mal Weg, so lautet die physikalische Definition. Die Menge der Energie messen wir an dem Beschleunigungsgrad der Materieteilchen, der mit Messinstrumenten sichtbar gemacht werden kann. Es ist natürlich problematisch, diese physikalischen Vorstellungen auf menschliches Verhalten zu übertragen, jedoch prinzipiell möglich. Auch die Lebensprozesse sind an physikalische Voraussetzungen gebunden, die Annahme einer entsprechenden Energieform ist plausibel, auch wenn sie sich in verschiedener Ausprägung zeigt. Im Bereich des menschlichen Verhaltens gehen wir davon aus, dass die Fähigkeit, sich zu verändern, Neues zuzulassen und alte Formen aufzugeben, ein Zeichen von Beweglichkeit und Lebendigkeit ist. Diese Beweglichkeit ist davon abhängig, welche Energiequanten in psychischer Hinsicht zur Verfügung stehen. Mit dieser Grundgleichung muss man sich zunächst vertraut machen, wenn man energetische Abläufe überhaupt in diesem Sinne verstehen will. Bewegung setzt Energie voraus, die durch die Bewegung verbraucht wird. Ist man bestenfalls noch in der Lage, den gegenwärtigen Stand vollends aufrecht zu erhalten, kann aber nichts Neues mehr aufnehmen oder Vorhandenes verändern, so ist dies ein Kennzeichen dafür, dass die Energiebilanz zumindest kritisch ist. Es stehen dann kaum noch genügend Energien zur Verfügung, um den normalen Ablauf des Lebens zu garantieren, geschweige denn, seine Zukunft zu sichern. Beobachtet man Wachstumsprozesse und Entwicklungen in der Natur, so kann man sich am besten ein Bild von der Dynamik und Intensität der Lebensenergie machen. Jeder Gartenbesitzer weiß, mit welcher ungestümmen Kraft die Pflanzen im Frühjahr, nach fruchtbarem Regen, wachsen. Eines ist aber zugleich zu beobachten: dieses Wachstum geschieht nicht ohne eine bestimmte Form. Jede Pflanze folgt ihrem eigenen Gesetz. Dieser Satz lässt sich verallgemeinern, er gilt auch für Tiere und Menschen. Beobachten wir ein Jungtier, so sind wir immer wieder erstaunt, wie rasch es gemäß den Formgesetzen seiner Art wächst.

{412} Wenn wir von Lebensbewegungen sprechen, müssen wir zugleich die diesen Lebensbewegungen

innewohnenden Formungsprinzipien und Formgesetze mitbedenken. Im Bereich des Lebendigen begegnen wir nie reiner Energie, sondern immer auch der Form oder in der Symbolik der durch das Bild gebundenen Energie. Die von Jung angeführten rituellen Tänze sind solche energiebindenden und verwandelnden Symbole, denen sich der Mensch unterwirft. Aus diesem Grunde sagt auch das alte chinesische Weisheitsbuch I-Ging, dass Natur ohne die Direktive des Geistes keine wahre Natur, sondern eine degenerierte Natur sei. (11) Wenn wir also von Lebensbewegungen als Ausdruck der Lebensenergie sprechen, so meinen wir die geformte Energie. Sprechen wir aber von der Form, so stehen wir vor einer nur schwer lösbaren Problematik: Einmal können wir voraussetzen, dass mit der Lebensbewegung auch die Formprinzipien in der Entwicklungsgeschichte gewachsen sind. Im Normalfall wird die Wachstumsenergie sich in der Form eines menschlichen oder tierischen bzw. pflanzlichen Organismus entfalten und nicht ausufern. Die nicht mehr formgebundene Energie, wie wir sie in den Krebsgeschwülsten und bösartigen Tumoren sehen, ist pathologisch. Eine Pflanze, «die ins Kraut schießt», müssen wir nach bestimmten Formprinzipien zurückschneiden. Das gleiche gilt für die Erziehung, sonst gerät alles «außer Rand und Band». Auch die Redewendungen der Umgangssprache beziehen sich immer wieder auf die Frage der Form.

{413} Und damit stehen wir vor der zweiten problematischen Frage des Formprinzips: Trotz der gewachsenen natürlichen Form, die jeder Organismus in sich trägt, vertreten wir die Ansicht, dass aufgrund der kulturellen Gegebenheiten weitere Formungen nötig sind. Es ist die uralte Frage nach Zwang und Freiheit in der Erziehung. Soll man ein Kind einfach wachsen lassen? Soll es tun und lassen dürfen, was es will? So viel Vertrauen zum natürlichen Wachstumsprozess haben wir wiederum nicht. Wahrscheinlich könnten wir davon ausgehen, im Vergleich zur Tierwelt, dass ein ganz natürlich gewachsener menschlicher Organismus auch in der Lage wäre, in einer entsprechenden Umwelt gut zu überleben. Da wir aber längst nicht mehr über eine solche verfügen, unsere Umwelt dagegen von Zivilisation und Kultur entscheidend geprägt ist, müssen auch die im Kulturprozess erscheinenden Formprinzipien auf den energetischen Bewegungsablauf des Organismus zusätzlich angewendet werden. Diesen Prozess nennen wir Pädagogik, nennen wir Erziehung. Dabei ist schwer auszumachen, ob die Formen, die dem Organismus auf diese Weise aufgeprägt werden, «gut» oder «schlecht» sind. Die breite Skala möglicher menschlicher Fehlentwicklungen zeigt zumindest an, dass längst nicht jedes Formprinzip, das dem natürlichen Bewegungsablauf der Entwicklung aufgepfropft wird, mit dem diese also «überformt» wird, im Sinne des Lebens gut ist.

{414} Die von der alten chinesischen Philosophie vertretene Vorstellung, dass der Mensch durch die Hingabe an das Gesetz des Himmels, «an dieses Göttliche in ihm» eine lautere Unschuld erlangt und «einfach das Rechte tut mit instinktiver Sicherheit», entspricht wohl dem, was wir mit Hilfe analytischer Psychotherapie anstreben. Wir möchten eine Integration des Prozesses der Persönlichkeitsentwicklung anregen, also dass die natürliche, dann auftretende Spontaneität des Lebens «das Rechte tut mit instinktiver Sicherheit». Die Psychotherapie versucht den Patienten diese natürliche Sicherheit im Hinblick auf ihre Lebensbewegung wieder zu vermitteln. Neurosen entstehen dadurch, dass wir mit der natürlichen Lebensbewegung zerfallen sind. Dieses natürliche Leben ist ein energetischer Ablauf, eine Bewegung.

{415} C. G. JUNG: «Wer dieses nicht begleitet, bleibt in der Luft hängen und erstarrt.» Was das praktisch heißt, ist nur schwer in wenigen Sätzen zu formulieren. Zunächst sind es natürlich die Eltern, die den Lebens-, Bewegungs- und energetischen Prozess begleiten. Hier sollte man ergänzen: liebevoll, verständnisvoll und auch kenntnisreich begleiten. Es kommt aber der Augenblick, in dem wir, das ist auch in den staatsbürgerlichen Rechten eines jeden Menschen vorgesehen, mündig werden, dass wir die liebevolle und reflexive Begleitung unseres Lebensprozesses selbst übernehmen. Diese Forderung bleibt unabdingbar bestehen, auch wenn die psychologischen Voraussetzungen dafür oft nicht genügend gegeben sind. Der Lebensprozess schreitet von Altersphase zu Altersphase fort und endet mit dem Tod. Ich muss ihn selbst-verantwortlich begleiten.

{416} Wenn wir in der Psychotherapie davon sprechen, dass jeder Mensch letztlich für sein Leben, aber auch für seine Erkrankung selbst verantwortlich ist, so meinen wir genau diesen Prozess des Sich-selbst-Begleitens. Ich bin allerdings nur in der Lage, diesen meinen eigenen energetischen Prozess liebevoll, verständnisvoll und kenntnisreich zu begleiten, wenn ich dazu geeignete Vorbilder habe, die ich verinnerlichen konnte. So wie mein Lebensprozess von meinen Eltern begleitet worden ist, so werde ich ihn im Prinzip zunächst selbst weiter begleiten. Ich werde dieselben Fehler wiederholen, oder ich werde, in strikter Opposition zu meinen Eltern, das Gegenteil und damit häufig wieder nicht das Geeignete tun. Die Begleitung der eigenen Lebensbewegung setzt eben jenes schon mehrfach erwähnte Hinführen voraus, jene Sensibilität für den eigenen Prozess. Wie alles Leben setzt auch dieser seine Signale, die spürbar, hörbar, sichtbar sind. Vermag ich sie nicht selbst zu erkennen, kann ich Hinweise von meiner Umwelt bekommen.

{417} Paul TILLICH spricht vom «Mut zum Sein». (12) Ich möchte «Mut zur Lebensbewegung» machen. Die verantwortliche und reflektierende Begleitung des eigenen energetischen Prozesses angesichts aller Normen, Forderungen, Verbote und Verengungen unseres Lebens braucht Mut, fordert Bereitschaft, um das damit verbundene Risiko zu tragen. Auch die Strömungen der Zeit (siehe Kapitel 1) sind einem solchen energetischen Modell verpflichtet. Mein eigener Lebensstrom kann von diesem allgemeinen Strom abweichen, was vielleicht schwer zu ertragen ist. Aber auch Ertragen-Können ist ein energetisches Problem. Noch anstrengender ist es, «gegen den Strom zu schwimmen», es bedarf bedeutend weniger Energie, im allgemeinen Strom mitzuschwimmen.

Regression

{418} Es bietet sich fast zwanglos an, die möglichen Richtungen der Lebensbewegungen zunächst nach vorn und nach

rückwärts festzulegen. Mit Regression meinen wir im wissenschaftlichen Sprachgebrauch jene Tendenz des Lebens, sich vergangenen Positionen wieder zuzuwenden, dort zu verharren oder auch für eine Weile dort entspannt auszuruhen. Der wissenschaftliche Sprachgebrauch entspricht den konkreten Erfahrungen des Menschen mit sich selbst. Es gibt genügend Situationen, in denen sich Schwierigkeiten wie Berge vor uns auftürmen und wir nicht weiter mögen. Wir stehen vor Entscheidungen, von denen wir uns überfordert fühlen. Wir sollen uns für unsere Zukunft festlegen und Verpflichtungen eingehen, deren Konsequenzen wir nicht überblicken können. Im Laufe der Evolution hat sich ein Verhaltensmuster herausgebildet, das jedem Menschen zur Verfügung steht und auch instinktiv von ihm genutzt wird: der Rückzug. Habe ich mich zu weit vorgewagt, ziehe ich mich wieder zurück. Ist die Übermacht der Umstände, der Feinde zu groß, ist die Rücknahme der eigenen Position manchmal die einzige Überlebenschance. Die Möglichkeit zum Rückzug gehört zur Grundausstattung des Lebendigen. Im äußersten Notfall stellen wir uns bei diesem Rückzug sogar tot. Viele Lebewesen schützen sich dadurch vor ihrem Feind, dass sie sich nicht mehr bewegen - Totstellreflex -, weil der Angreifer nur bewegte Objekte wahrzunehmen vermag. Grundsätzlich ist diese Rückwärtsbewegung der Lebensenergie sinnvoll, notwendig und lebenserhaltend. Unserem Sprachgebrauch zufolge erscheinen zwar immer die progressiven Kräfte, die vorwärts drängen und zukunftsgerichtet sind, als die besseren. Aber es ist ohne weiteres einsichtig, dass jede Progression ihre Grenze finden kann und eine Rückwärtsbewegung dem Schutz des Organismus besser dient als ein weiteres Ausschreiten nach vorn.

{419} Nach längerer Zeit des Vorwärtsschreitens ist es notwendig, wieder Rückblick zu halten, um die eigenen Wurzeln, das eigene Herkommen nicht aus den Augen zu verlieren. Der Ruck-Blick ist eine erste Form einer solchen Rückwärtsbewegung der Libido, der Lebensenergie. Keine psychotherapeutische Behandlung wird je in der Lage sein, die Gegensatz- und damit auch Zukunftsprobleme eines Menschen zu bearbeiten, ohne eine Form des Rückblicks, der wir als «Introversion» noch begegnen werden. Regression heißt, dass sich die Lebensenergie von den Objekten der Gegenwart und den Phantasien der Zukunft zurückzieht.

{420} Am deutlichsten zeigt sich die Rückwärtsbewegung der Libido bei Kindern, die mit ihrer augenblicklichen Lebenssituation nicht fertig werden können. Ein Kind, das längst sauber ist, beginnt wieder einzunässen oder möchte auch Windeln haben, wenn ein Geschwisterchen geboren und entsprechend behandelt wird. Mütter haben längst erkannt, dass es wichtig sein kann, auch ältere Kinder wieder an der Brust saugen zu lassen, so lang der neue Säugling täglich diese Möglichkeit hat. Alte Bedürfnisse, die der Lebensphase gemäß nicht mehr energetisch besetzt sind, aktivieren sich neu und steuern das Verhalten. Die jeweils von der Lebensenergie «besetzten Aktivationszentren des Organismus sind auch die aktualisierten Steuerungszentren».

{421} Unser Verhalten wird vielleicht von Bedürfnissen gesteuert, die, gemessen an allgemeinen oder biologischen Normen, nicht mehr altersgemäß sind. In den Phasen der Regression benehmen wir uns «unreif». Hier zeigt sich zugleich eine Gefahr bei der Beurteilung von regressiven Zuständen: da sie sich auf kindliche und unreifere Verhaltensweisen beziehen, bewerten wir sie in der Regel eher negativ. «Du benimmst dich wie ein Kind.» «Du benimmst dich wie ein Erstklässler.» Die Abweichung von der altersgemäßen Entwicklungsnorm zieht Kritik und Vorwurf nach sich. Um diesem kollektiven Druck standhalten zu können und sich notwendige Regressionsphasen zuzubilligen, ist das Wissen um die lebenserhaltende Funktion der Regression notwendig. In Phasen der Krankheit lassen wir uns gerne bemuttern, unser Lebenspartner übernimmt die Rolle eines Vaters oder einer Mutter, die sorgt und schützt und in besonderen Fällen auch im guten Sinne für uns entscheidet.

{422} Trotz dieser grundsätzlich positiven Bewertung der Regression ist nicht zu übersehen, dass sie zu den wesentlichen Kennzeichen der neurotischen Verhaltensstörungen gehört. Wir glauben offenbar, wenn wir uns nicht weiter entwickeln, brauchen wir auch keine entsprechenden Lebensrisiken zu tragen. Ein junger Mann, der sich von seinem Elternhaus nicht zu trennen vermag, bleibt vielleicht über Jahrzehnte in einer regressiven Haltung, er benimmt sich weiterhin wie ein Kind, er fragt, ob dieses oder jenes erlaubt ist, er entscheidet nicht selbst. Und wagt er einmal eine eigene Entscheidung, reagiert er mit schlechtem Gewissen und Schuldgefühlen. Es bedarf nur eines geringen Winkes seitens seiner Umgebung, um ihn zu verunsichern. Auch wenn wir, von einem kritischeren Standpunkt aus gesehen, auf diese Weise unser Leben versäumen, haben wir doch im jeweiligen regressiven Status den Eindruck, dass es sich so am sichersten und am besten lebt. Regressive Zustände werden oft mit klugen Argumenten verteidigt, man beweist die Berechtigung, daran festzuhalten. Auch moralische Gründe werden angeführt, schließlich sind die Eltern krank und hilfsbedürftig. Darf man sich alten Menschen gegenüber so rücksichtslos benehmen? Eine Variante des regressiven Verhaltens sind die kindlichen Versorgungswünsche.

{423} Bei einem Erwachsenen zeigen sie sich vielfach in Anspruchshaltungen: der andere ist dafür verantwortlich, dass es mir gut geht. Wenn du nicht da bist, habe ich Angst, also hast du da zu bleiben. Wenn du mich verlässt, bringe ich mich um, also kannst du die Beziehung nicht beenden. Ein mit solchen Ansprüchen auftretender Partner benimmt sich wie ein forderndes Kind, dessen Lebenserhaltung allerdings davon abhängig ist, dass seine Lebensbedürfnisse voll erfüllt werden. Bei einem erwachsenen Menschen liegen die Verhältnisse jedoch anders. Er sollte selbst in der Lage sein, so für sich zu sorgen, dass ihm ein erträgliches, vielleicht sogar glückliches Leben möglich ist. Die Neigung, einem anderen Menschen die Verantwortung für Glück und Wehe des eigenen Lebens zu übertragen, ist so verbreitet, dass wir wieder zu der Annahme verführt werden, regressive Bewegungen im Leben seien negativ zu bewerten. Dazu sollte uns aber selbst eine eindeutige pathologische Symptomatik nicht verleiten. C. G. Jung dürfte einer der ersten gewesen sein, der die heute besonders von BALINT (13) wieder hervorgehobene positive Erlebnisbedeutung der Regression herausgearbeitet hat. In seinem grundlegenden Werk, das von ihm selbst als Markstein der Trennung von

Sigmund FREUD beschrieben wird («Symbole und Wandlungen der Libido»), geht er ausführlich auf diesen positiven Gehalt der Regression ein. (14) Dabei zeigt sich ein wesentlicher Aspekt der von Jung beschriebenen Energetik. Die Lebensbewegung kennt ihre eigenen Ziele! Wenn in der individuellen Lebensausstattung bestimmte Verhaltenselemente fehlen, die zur Bewältigung der anstehenden Fragen notwendig wären, wenn Hindernisse auftreten, die mit den verfügbaren Mitteln nicht bewältigt werden können, beginnt sich die Libido nach rückwärts zu bewegen. Diese Rückwärtsbewegung ist keinesfalls nur eine Flucht vor den gegenwärtigen Schwierigkeiten. Wir könnten sie im modernen Sinne auch als eine Suchbewegung nach Verhaltensprogrammen auffassen, die in uns zwar gespeichert, zur Zeit aber nicht aktiviert oder bewusst sind. Diese Verhaltensprogramme wären genau diejenigen, die zur Lösung der gegenwärtigen Krise am ehesten beitragen könnten. Infolge eines hier zu behauptenden instinktiven Wissens um diese Grundausstattung richtet sich die Lebensbewegung, der energetische Prozess, nach innen und sucht jene Möglichkeiten auf, die eine bessere Bewältigung der anstehenden Lebensschwierigkeiten ermöglichen.

{424} In der Behandlung folgt der Therapeut der autonomen regressiven Bewegung der Libido wie einem Kompass, sie ist sein Navigationsinstrument im Bereich des Unbewussten. Er muss sich an dieser Bewegung orientieren, um jene Fixierungsstellen, Traumata oder überwältigenden Ereignisse zu finden, die für die neurotische Entwicklung mitverantwortlich gewesen sind. Dabei sind eine pathologisch-regressive Bewegung und die regressive Bewegung im Sinne einer Heilung deutlich zu unterscheiden. So stehen wir - zusammenfassend - vor dem Phänomen der Rückwärtsbewegung der Libido als einem natürlich gewachsenen Geschehen, das zur notwendigen und lebenserhaltenden Ausstattung des Organismus gehört, wie auch vor seinen pathologischen Varianten. Hier ist noch einmal zu betonen, dass die Regression des Kindes oder des Jugendlichen auf frühere Verhaltensweisen angesichts der unmöglichen Forderungen einer wahrscheinlich pathologischen Umwelt im Sinne der Lebenserhaltung zu sehen ist. Die Regression war zunächst nicht pathologisch, aber sie wurde pathologisch, weil keine Gelegenheit bestand, aus diesem lebenserhaltenden regressiven Zustand wieder in eine lebensfördernde Progression zu gelangen.

Progression

{425} Schon die logische Vollständigkeit fordert, dass einer Rückwärtsbewegung der Libido eine Vorwärtsbewegung des Lebensprozesses gegenüber zu stellen ist. Bei Kindern und jungen Erwachsenen ist dies die natürliche Bewegung der Lebensenergie. Das Wachsen des physischen und psychischen Organismus ist Progression: Erobern neuer Positionen, Erweiterung des Lebensspielraums. Das Hineinwachsen in die verschiedensten Bereiche des sozialen Lebens, die Erweiterung des kognitiven Kenntnisraums, die Aufnahme neuer Objektbeziehungen ist ebenfalls Progression. Schaut man sich nur diese Inhaltsbestimmungen an, wird verständlich, dass die Progression positiv bewertet wird. Im politischen Leben verstehen sich die progressiven Kräfte als jene, die der Weiterentwicklung von Gesellschaft und Kultur dienen. Ihnen werden allerdings nicht die regressiven, sondern die repressiven, unterdrückenden Kräfte entgegengestellt. Das entspricht den psychologischen Erfahrungen, da die Unterdrückung der Progression die Probleme schafft, die den Organismus zum Aufsuchen regressiver Positionen zwingt. «Ist das Leben nach einem längeren Stadium der Regression <wieder in Fluss gekommen>, stellt sich jenes Wohlgefühl ein, das mit jeder persönlichen Kraftentwicklung verbunden ist. Gelingt es, die Libido wieder in die Progression zu bringen, so erleben es Patient und Therapeut als große Erleichterung.» (15)

{426} Die im ersten Abschnitt dieses Kapitels dargestellte Begleitung des Lebensprozesses umfasst sowohl den regressiven wie den progressiven Teil. Hat das Leben einmal in Ehe, Beruf, Hausbau und persönlichen Gewohnheiten seine feste Form gefunden, so ist es gar nicht so einfach, wie es zunächst scheinen mag, der progressiven Bewegung der Libido weiter zu folgen. Wie unendlich sind die Komplikationen, wenn beispielsweise einer der Ehepartner plötzlich im Laufe seiner Weiterentwicklung einen anderen Partner findet, der die bestehende Beziehung gefährdet; und wie schwierig ist es in gesellschaftlichen Prozessen, neue, zunächst als revolutionär und sogar als böse erscheinende Kräfte zu integrieren. Das Neue ist der Feind des Alten und wird von diesem auch so erlebt. Die Vertreter der alten Prinzipien erkennen die Bedrohung und ergreifen Gegenmaßnahmen. Das führt natürlicherweise dazu, dass sich die neuen Kräfte zu entsprechenden Maßnahmen gedrängt sehen und Kampfpositionen einnehmen. Alle Kräfte werden auf das angestrebte und als notwendig erscheinende Ziel konzentriert, sodass sich eine erhebliche Stoßkraft entwickelt. Je nach Standpunkt erscheint das Alte oder das Neue als böse. Die Kategorien von Gut und Böse wie auch andere Bewertungen werden zur Rechtfertigung des eigenen Standpunktes herangezogen. Letztlich sind sie aber, worauf C. G. Jung immer wieder hingewiesen hat, dem Gegensatzprinzip und damit dem energetischen Standpunkt zuzuordnen. «Gutes» und «Böses» aktivieren oft ungeahnte Energien.

{427} Versteht man das Leben als einen sich in Gegensatzpositionen vollziehenden energetischen Prozess, wie es die analytische Psychologie vertritt, so muss man die Relativität der Standpunkte «gut» und «böse» hervorheben. Sie sind nur gut und böse in Bezug auf den anderen Standpunkt. Grundsätzlich gut und böse sind sie nicht. Andererseits ist auch hier wieder zu betonen, dass eine Position nur dann ihre volle Kraft entfalten kann, wenn ihre Vertreter von der Richtigkeit ihrer Ansichten überzeugt sind. Es gilt also beides: Der Standpunkt muss einerseits als absolut richtig oder eben auch falsch hingestellt werden, zugleich sind diese Gesichtspunkte aber wieder zu relativieren. Das ist eine der vielen Paradoxien, ohne die menschliches Verhalten kaum verstanden werden kann. Ich bin auf diese Überlegungen ausführlicher eingegangen, weil der Prozess der persönlichen Entwicklung, den wir hier unter dem Gesichtspunkt der Progression der Lebensenergie sehen, nur scheinbar einfach und «positiv» ist. Gerade dieses «positiv» wird von anderen Standpunkten eher verneint und in das Gegenteil verkehrt. Begleite ich also mein Leben bewusst, um nicht zu

erstarren und zu einer Erinnerungssäule zu werden, wie C. G. Jung das formulierte, so muss ich diesen Prozess der Be- und Verurteilung ertragen lernen. Es kann überhaupt nicht ausbleiben, dass neue Bewegungen von anderen als schlecht oder böse hingestellt werden. Diese Schwierigkeiten begegnen uns tagtäglich.

{428} Als typisches Beispiel kann die unverheiratete Tochter einer Familie dienen, von der man selbstverständlich erwartet, dass sie ihre alten Eltern pflegt. Sie ist nicht verheiratet und dadurch zur Übernahme einer solchen Pflege verpflichtet. Diese Auffassungen stützen sich auf alte Traditionen und verbinden sich mit hohen Werten wie Kindesliebe, Dankbarkeit und Fürsorge. Eine unverheiratete Frau kann nach dieser Auffassung ebenso gut im Elternhaus leben, da sie doch keine eigene Familie zu versorgen hat. Sie gilt als schlecht und böse, wenn sie es nicht mehr mit ihrem Leben vereinbaren kann, solche Verpflichtungen dem Elternhaus gegenüber einzugehen. Ich möchte mich hier nicht zum Anwalt der einen oder anderen Werteinstellung machen, sondern die Schwierigkeiten der Progression des Lebens in den sozialen Zusammenhängen verdeutlichen. Die gewachsene und auch bisher gelebte Form ist oft so fest gefügt und starr, dass sich das Leben in ihr nicht weiterentfalten kann. Die Progression der Libido kommt zum Stillstand, in gewissem Sinne erlischt damit das Leben.

{429} Jede Progression ist in ein mit festen sozialen und auch psychischen Strukturen verbundenes Wertsystem integriert. Auf diese Weise konstelliert sich in unendlicher Folge der eben geschilderte Konflikt. Ich glaube, man kann die damit verbundenen Schwierigkeiten nicht überschätzen. Sie sind eine Dimension, die in den banalsten Alltagsfragen wie in den größten und erregendsten gesellschaftlichen Prozessen beobachtet werden kann. Der Kampf um die Progression und ihre Bewertung wird mit einfachen Mitteln, etwa einem persönlichen Streitgespräch oder mit Waffengewalt ausgetragen. Es handelt sich um eine existentielle Dimension, an der jeder teil hat. «Das Leben geht weiter», sagt man und meint damit wohl gerade dieses.

{430} Im Verlauf des Heilungsprozesses einer neurotischen Erkrankung beobachten wir viele Progressionsschwierigkeiten. Jeder neue Impuls, jede neue Idee konfrontiert den Patienten mit «dem Alten». Das Alte wird als alt definiert, indem man ihm ein Neues gegenüberstellt. In der Kinderpsychotherapie ist eine immer wiederkehrende Erfahrung, dass die Eltern von den Ergebnissen der Therapie enttäuscht sind. Sie beklagen zwar zu Anfang der Behandlung die Schüchternheit und Ängstlichkeit ihres Sohnes, fühlen sich aber nicht in der Lage, sein Leben auch im Hinblick auf Durchsetzungsfähigkeit und Kraftentwicklung, die zunächst sehr trotzig und aggressive Formen annehmen kann, zu begleiten. So hatten sie sich diese Entwicklung nicht vorgestellt.

{431} Wenn unsere Kinder oder andere Menschen ihr Leben zu erneuern beginnen, provozieren sie in uns eine konfliktträchtige Frage: Sollten wir nicht eigentlich auch? Spüren wir nicht schon längst drängende innere Entwicklungsimpulse, denen wir, vielleicht aus guten Gründen, nicht nachzugeben wagen? Wir haben Angst vor dem Neuen, das wachsen und früher oder später auch sichtbar werden will, es bedroht uns. Alles Bedrohliche ist in irgendeiner Form auch böse, womit sich die hier beschriebene Gegensatzbewegung wieder zeigt. Kurz gesagt: Wer sich weiter entwickeln will, riskiert es, für schlecht oder böse gehalten zu werden. Es gibt immer Standpunkte, zu denen er sich in Gegensatz setzen wird. Es ist nur zu verständlich, wenn wir uns unserer inneren Gesetzen folgenden Entwicklung zu entziehen versuchen. Andererseits: Stellen wir dann nicht eines Tages fest, dass wir die entscheidenden Möglichkeiten unseres Lebens verpasst haben?

Extraversion und Introversion

{432} Diese beiden Begriffe wurden von C. G. JUNG in die Psychologie eingeführt. In seinem grundlegenden Werk über «psychologische Typen» unterscheidet er einen extravertierten und einen introvertierten Einstellungstyp. Er versucht damit, weitere Richtungen der Libido im Hinblick auf äußere oder innere Objekte zu unterscheiden. JUNG's Überlegungen haben vielfältige wissenschaftliche Untersuchungen angeregt, und die von ihm vorgeschlagenen Begriffe sind zum festen Bestandteil der psychologischen Theoriesprache geworden. Bei der Verwendung dieser Begriffe wird meist vergessen, dass sie in einem energetischen Zusammenhang gesehen werden müssen. Man kann auch von Bahnungen sprechen, denen die Lebensenergie bevorzugt folgt. Damit verbindet sich eine gewisse Regelmäßigkeit solcher Verläufe, sodass durchaus von typischen Einstellungen und damit auch von einem entsprechenden Persönlichkeitstypus, dem Extravertierten und dem Introvertierten, gesprochen werden kann.

{433} Der Extravertierte wird sich immer wieder von der ihn umgebenden materiellen und geistigen Welt angezogen fühlen, der Introvertierte zieht sich gern in sich zurück und ist von inneren, psychischen Objekten und Bildern fasziniert. Der Soziologe David RIESMANN hat in Anlehnung an diese Unterscheidung von einem innengeleiteten und einem außengesteuerten Menschen gesprochen (16) und damit den energetischen Gesichtspunkt vielleicht besser verdeutlicht, als es in den Begriffen der Extraversion und Introversion, der Nach-Außenwendung und Nach-Innenwendung, zum Ausdruck kommt.

{434} Der Blick und das Interesse des Extravertierten richten sich überwiegend und meist mit großer Intensität auf Objekte und Ideen außerhalb seiner Person. Ihn faszinieren Möglichkeiten der Lebensgestaltung, wenn er sich überwiegend mit der Intuition im Leben orientiert, er interessiert sich für schon vorhandene Denk- und Theoriesysteme, wenn seine Denkfunktion die hauptsächliche Orientierungsfunktion darstellt, er wird sich den allgemeinen Kategorien von gut und böse unterwerfen oder sich vorwiegend an der äußeren Realität orientieren, diese entweder als gegeben hinnehmen oder zu verändern versuchen. Sehr selten wendet er sich spontan seiner Innenwelt zu und kümmert sich um seine Gefühle oder um seine Empfindungen.

{435} Die analytische Psychologie unterscheidet Orientierungs-Funktionen, das Denken, das Fühlen, das Intuieren und

das Empfinden. Sie können jeweils in einer extravertierten oder introvertierten Form vorkommen. Die Empfindungsfunktion orientiert sich mit den Sinnen an realen Gegebenheiten. Ein extravertierter Empfindungstyp wird seine Umgebung sehr genau wahrnehmen, es entgeht ihm zum Beispiel nicht, ob eine Form rund oder eckig, ein Kleid grün oder rot gewesen ist. Ist er sehr extravertiert, kann er so intensiv mit der Herstellung eines Bücherregals beschäftigt sein, dass er seinen eigenen Hunger nicht mehr spürt oder nicht merkt, dass er friert. Seine Empfindungsfunktion ist ganz auf äußere Dinge konzentriert, wie es ihm selbst dabei geht, bemerkt er nicht. Ihm fehlt die introvertierte Empfindung. Der introvertierte Empfinder kann dagegen, in seiner extremen und schon neurotischen Form, so auf das eigene Körpergeschehen bezogen sein, dass er leiseste Veränderungen des Körperbefindens wahrnimmt und ihnen hypochondrisch großes Gewicht zumisst. In der Sprache der Energetik heißt das, dass die Lebensenergie völlig von äußeren Objekten abgezogen wird und ganz nach innen fließt. Die jeweilig dominierende Ich-Funktion entscheidet dann darüber, welche Seiten der inneren und äußeren Realität besonders wahrgenommen werden. Für weitere Einzelheiten verweise ich auf die einschlägigen Veröffentlichungen. (15, 17) Die extravertierte Einstellung und Energierichtung ist die bevorzugte Haltung des abendländischen Menschen und der technischen Welt. Wir sind von den Möglichkeiten der Weltgestaltung und Weltveränderung fasziniert und lassen uns nur ungern davon abhalten, diese Möglichkeiten auch zu verwirklichen. Der homo faber lebt in der Überzeugung, dass eigentlich alles machbar ist. Wir dringen immer weiter in den Weltenraum vor, erforschen auch die innersten Bausteine der Welt, die Mikroorganismen und die Mikroprozesse.

{436} Für unseren persönlichen Lebenserfolg gilt es als kennzeichnend, dass und wie wir mit unseren Mitmenschen umgehen. Der eher zurückgezogen lebende Mensch, der kein ausgeprägt soziales Interesse bekundet, erscheint leicht als ein Außenseiter, häufig sogar als neurotisch. Die Gefahr der Extraversion ist, dass sie den äußeren Objekten verfällt. Die Krise der Lebensmitte ist meist eine Krise der zu stark gelebten Extraversion. Die erste Lebenshälfte, die ungefähr bis zum 35. Lebensjahr dauert, stellt natürlicherweise die Anforderung, unsere Kraft ganz dem äußeren Aufbau des Lebens zu widmen. Die berufliche Entwicklung, die Partnerwahl, die Gründung einer Familie, die Lebenssicherung, die Frage nach der Karriere oder der Altersversorgung sind Probleme, die alle Energie und Aufmerksamkeit voll in Anspruch nehmen. Je härter die Lebensbedingungen werden, umso mehr wird die Energie in ihrer extravertierten Form gefordert. Wer aus neurotischen Gründen nicht in der Lage ist, seine Energie für die Lebensbewältigung frei zu machen, sondern sie dazu braucht, innere Spannungen auszugleichen, seine Lebensimpulse zu verdrängen und eine starre Abwehrfassade aufrecht zu erhalten, der riskiert Überanstrengung und Zusammenbruch des energetischen Systems. Eine Gesellschaft, die sich ganz der Extraversion verschrieben und auch ein entsprechendes Wertsystem entwickelt hat, provoziert solche Entwicklungen geradezu. Das wäre aber nicht einmal die Hauptschwierigkeit, die mit der extravertierten Einstellung verbunden ist. Sie liegt vielmehr in der Verkümmern der Gegenseite. Die Verabsolutierung der äußeren Welt und ihrer Gegebenheiten und Gesetze, wie auch die Orientierung des Wertsystems und des Gesundheitsideals an extravertierten Maßstäben bedeuten notwendigerweise eine gefährlich einseitige Sicht. Die im Mittelalter gesehene zwifache Form des Lebens als *vita activa* und *vita contemplativa* geht verloren. Die Entspannung, die gesucht wird, wird stark von extravertierten Aktivitäten bestimmt. Wenn ich mich durch Kino oder Theater zerstreuen lasse, so sind dies Außensteuerungen, die mich formen.

{437} Das Bedürfnis, in Ruhe über mich selbst oder auch über meine Umgebung nachzudenken und mich zu fragen, was ich eigentlich mit diesem Leben will und soll, bedarf einer ständigen bewussten Unterstützung. Zunächst ist es für den Extravertierten nur mit besonderer Anstrengung möglich, diesen nach innen sich orientierenden Lebensbewegungen eine dauerhafte Position im Lebenssystem zu geben. Introversion heißt, dass sich die Lebensenergie inneren Objekten zuwendet. Diese Nach-Innen-Wendung bringt es mit sich, dass mir nicht nur Körperempfindungen, wie ausgeführt, sondern auch Gefühle, Hoffnungen und Sehnsüchte, Phantasien und Träume bewusster werden. Der extravertierte Mensch pflegt über seine Gefühle hinwegzugehen und ihnen keine Bedeutung zuzumessen. Damit verleugnet er aber sehr wichtige und gewachsene Reaktionen und Aktionen seines Organismus. Wie sehr unsere Weltvorstellungen von der Extraversion geprägt werden, zeigt, dass der eher nach innen gewandte Mensch auch gern als Außenseiter oder Eigenbrötler bezeichnet wird. Dass er sich für sich selbst interessiert, lässt ihn leicht egoistisch erscheinen; Ausdrücke wie «sich um seine eigene Achse drehen» oder «sich selbst zu ernst nehmen» weisen daraufhin, dass wir dieser Bewegung der Libido misstrauisch gegenüber stehen.

{438} Auch unsere Ethik ist eine ausgesprochen extravertierte Ethik: Wir wissen, dass wir unseren Nächsten, das ist ein äußeres Objekt, lieben sollen, vergessen dabei aber leicht, wie wichtig auch dieses «wie uns selbst», die Selbstliebe, ist. Die Zuwendung sollte dem äußeren und dem inneren Bruder dienen. Dabei ist bekannt, dass Selbstliebe allgemein zu den moralisch zweifelhaften Charakterhaltungen gehört. Wenn wir unserem Selbst kritisch gegenüberstehen, also Selbstkritik üben, so ist das dagegen eine positiv bewertete Einstellung. Die introvertierte Bewegung der Libido wird mit Misstrauen und Kritik beobachtet, die extra vertierte Form ist der «Normalfall» und liegt eher im Bereich des Guten. Diese Vorstellungen gehen so weit, dass äußerer Erfolg bis zur Anhäufung von Gütern als Segen Gottes betrachtet wird. Es ist das Verdienst Max WEBER's, auf diese Beziehungen, die wesentlich auch die Entwicklung des kapitalistisch orientierten Wirtschaftssystems gefördert haben dürften, hingewiesen zu haben. (18)

{439} Es ist gut vorstellbar, dass die Fortschrittsideologien, die sich die Erde heute in höchst zweifelhafter Weise Untertan machen, eine Folge dieses Gottesbildes sind.

{440} Eine so an den äußeren Objekten, Menschen wie Dingen, orientierte Energiesteuerung des Menschen entfremdet ihn seinem Selbst. Mit «seinem Selbst» meinen wir alle Innenzustände der Psyche, Impulse, Neigungen, Triebe,

Gefühle, aber auch Forderungen und zukunftsorientierte Entwicklungsrichtungen, die nicht durch Eigenschaften äußerer Objekte bedingt sind. Die extravertierte Entfremdung stellt ein schwer wiegendes Problem dar. Man braucht persönlichen Mut und Risikobereitschaft, um sich aus dieser kollektiv geförderten und geforderten Haltung wieder herauszulösen. Das ist nicht nur aus Gründen innerer Angst so schwierig, sondern auch aus vielfältigen praktischen Erwägungen: So wie wir unser Leben leben müssen, bleibt wenig Zeit, zu sich selbst zu kommen. Nicht nur die Ethik, auch die Organisationsform des Lebensablaufes ist extravertiert geprägt. Es bedarf großer Kraftanstrengung, diese Sachzwänge zu brechen und zum Beispiel täglich eine gewisse Zeit für sich zu reservieren. Die Religionen haben mit gutem Recht und Blick für die Bedürfnisse und die Ganzheit des Menschen immer wieder darauf hingewiesen, dass tägliche Andacht, Einkehr, Meditation und Gebet zur Lebenserhaltung und zum Lebensglück des Menschen notwendig sind.

{441} Weitere Probleme kommen hinzu: Nimmt der Mensch die Regungen seiner Seele zum orientierenden Maßstab, so entgleitet er der Steuerung durch äußere Mächte. Einer kollektiven Ethik und Moral würden sich dann eine persönliche Ethik und individuelle Moral zur Seite stellen. Der Pflicht, dem Staat, der Partei oder Kirche zu gehorchen, würde sich die Gehorsamspflicht gegenüber den Geboten der eigenen Seele zugesellen. Die Sicherheit, die in der Verankerung und Eingliederung in äußere Systeme gefunden wird, wäre dann durch eine andere Sicherheit zu ergänzen, die in der Übereinstimmung mit der eigenen Seele besteht. Die Folgen einer solchen doppelten, extravertierten und introvertierten Orientierung sind schwer abzusehen. Sicher ist aber, dass der introvertierte Mensch längst nicht so manipulierbar ist oder äußeren Einflüssen unterliegt wie der extravertierte. Da er von den äußeren Objekten nicht so abhängig ist, hat er vor ihnen auch nicht so viel Angst. Es ist ihm gleichgültiger, was andere Menschen über ihn denken, er fühlt sich inneren Forderungen, wenn auch manchmal nur in dumpfem Ahnen, mehr verpflichtet als äußeren. Wenn wir heute die Konsumorientierung aus guten Gründen kritisieren und fürchten, weil die Ausbeutung der Erde eines Tages zur Katastrophe führen wird, so kritisieren wir eigentlich die überwertige extravertierte Einstellung.

{442} Auf der Suche nach Alternativen ist die introvertierte Energierichtung mit zu berücksichtigen. Es ist nur folgerichtig, wenn Menschen versuchen, aus dem extravertierten System «auszusteigen». Das ist nicht primär Suche nach einer heilen Welt, wie es oft ironisch hingestellt wird. Könnte die Verantwortung gegenüber unserer Welt nicht auch darin bestehen, dass ich mich der inneren Realität, der inneren Welt und ihren Gesetzen und Forderungen zuwende? Wir können nur dann vom Verhaftetsein an äußere Lebensgüter unabhängig werden, wenn wir ihnen etwas Gleichwertiges gegenüberzustellen haben. Die heutigen Forderungen nach Konsumverzicht müssten durch eine «Anweisung zum introvertierten Leben» ergänzt werden. Auf eine Formel gebracht hieße das, dass nur ein «Leben mit der Seele» eine Alternative zu den absehbaren Konsequenzen eines «Lebens ohne Seele» oder «Lebens ausschließlich mit äußeren Objekten» darstellt. So ist die Frage nach der Introversion sicher wichtiger, als sie in Form einer psychischen Typologie zunächst erscheint.

{443} Die allgemeine Abwertung der Introversion oder das ihr entgegengebrachte Misstrauen ist zugleich als eine Abwertung der Psyche und ihrer Möglichkeiten zu verstehen. Zugegebenermaßen ist es schwieriger, in der eigenen Seele, den eigenen Gefühlen, Bildern und Symbolen Lebens- und Wertorientierungen zu finden. Die festgeschriebenen äußeren Regeln und Normen scheinen viel mehr Sicherheit zu bieten. Hier kann ich mich selbst kontrollieren, inwieweit ich mit ihnen übereinstimme, hier werde ich auch entsprechend kontrolliert. Bei einem introvertierten Leben fallen diese Kontrollen ganz anders aus: Eine persönliche Entscheidung, die ich aufgrund gefühlsmäßiger Gegebenheiten oder auch neuer persönlicher Ideen getroffen habe, kann sich eben gerade nicht durch die Zustimmung von außen als richtig erweisen, sie kann dies nur durch die Zustimmung der Psyche, also wiederum über Gefühle, Gedanken, Bilder und Symbole. Hier zeigt sich, dass der Introvertierte in ganz anderer Weise auf seine Beziehung zu seinem Selbst und zu dem Unbewussten angewiesen ist als der Extravertierte. Sein Leben ist unsicherer, in unserer Gesellschaft auch gefährdeter. So ist es nicht verwunderlich, dass empirische Untersuchungen enge Beziehungen zwischen neurotischen Einstellungen und Introversion nachweisen.

{444} In einer extravertiert aufgebauten Gesellschaft ist es schwieriger, introvertiert zu leben. Als Beispiel möchte ich ein kleines Mädchen erwähnen, das sich weigerte, Freundinnen mit nach Hause zu bringen. Die Eltern machten sich darüber Sorgen. Das Mädchen muss doch Kontakt finden, es ist doch ein Zeichen seiner gesunden Entwicklung, wenn es seine Freunde mit ins Elternhaus bringt! Erst nach und nach wurde deutlich, warum es das nicht tat. Es konnte es eines Tages so formulieren: Wenn ich meine Freundinnen mitbringe, dann kann ich nicht mehr bestimmen, wann ich alleine spielen will. Es fühlte sich nicht in der Lage, seine Freundinnen wieder nach Hause zu schicken. In diesem Zusammenhang erinnerten sich die Eltern, dass ihr Kind schon sehr früh die Neigung hatte, sich für einige Zeit ganz auf sich selbst zurückzuziehen, es saß dann an seinem Tisch und malte, niemand hörte etwas von ihm, und mehr als einmal fürchtete die Mutter, ihr Kind sei weggelaufen. Wenn wir Kinder in ihrer Lebensentwicklung begleiten, statt ihnen vorzuschreiben, was «normal» ist, wurden wir feststellen, dass die introvertierte Lebensorientierung ganz spontan auftaucht und gelebt wird. Meist zwingen wir das Kind aber früh zu einer extravertierten Einstellung und verfremden so das introvertiert orientierte Kind in schädlicher Weise. Die Angst, nicht der Norm zu entsprechen, ist ein so starker Steuerungsfaktor, dass Verhaltensformen entwickelt werden, die nicht zu den natürlichen Gegebenheiten dieses Menschen gehören. Aber die Abspaltung ursprünglicher und genuiner Entwicklungsimpulse gehört zum Kernelement einer neurotischen Entwicklung. So ist es nicht verwunderlich, dass gerade bei den Introvertierten häufiger neurotische Anteile gefunden werden. Bei der Bestimmung des «Normalfalls» sind aber wieder extravertierte Wertorientierungen

ausschlaggebend. Die Frage der Normalität und Gesundheit ist in höchstem Maße von sozialen Faktoren und Wertvorstellungen beeinflusst.

{445} Die Konsequenz der Neurotisierung einer natürlich introvertierten Libidorichtung ist wiederum fatal: Die unbedingt notwendige dynamische Steuerung der Extraversion wird durch die festgeschriebenen sozialen Gegebenheiten neurotisiert, die innere Verankerung geht verloren und die Lebensorientierung ist ausschließlich auf das Außen, das Fremde begrenzt.

{446} Psychotherapie ist immer mit einer Form der Introversion, der Hinwendung zur eigenen Person und zu dem, was dem Bewusstsein noch nicht oder nur bruchstückhaft zugänglich ist, gekoppelt. Insofern steht die Psychotherapie, insbesondere in ihrer analytischen Form, auf der Seite der notwendigen Gegensteuerung hybrider Extraversion. Ihr Krankheitsverhältnis besagt, dass die gelebten Einseitigkeiten, die der Gesamtbedürfnislage des Organismus nicht mehr entsprechen, durch organismische Selbststeuerung, die sich in Symptomen, Träumen und Übertragungsreaktionen zeigt, kompensiert und korrigiert werden. Ist so ein genügender Ausgleich des behinderten energetischen Gefälles und eine neue Progression möglich, tritt die Heilung ein. Die Lebensfähigkeit des Patienten ist wieder hergestellt.

{447} Die von einer Introversion geleitete Arbeit an der eigenen Person führt früher oder später zur religiösen Frage. Wenn ich mich den Forderungen der Seele zu unterwerfen beginne, Träume für verbindlich, die von der Psyche angebotenen Symbole für notwendige Energietransformatoren halte, dann gestehe ich der Seele einen Eigenwert zu, der der Gottesvorstellung ähnlich ist. Den Religionen und Kirchen sind diese Fragen bekannt. Es gibt kein religiöses System, das nicht auch, wenn sich eine extravertierte Religionspraxis mit Kultus, Priestertum und Normen herausgebildet hat, weiß, dass sie das Gottesbild im Inneren des Menschen verankern muss. C. G. Jung meint hierzu, dass Meister Eckhart aus diesem Grund dem Abendländer sehr not täte. (19) Aber der Weg der Introversion ist auch ein gefährlicher Weg. Wer sich der Seele überantwortet, hat wenig Stütze von außen, noch weniger Verständnis zu erwarten. Er wird sogar als gefährlich oder als Ketzer angesehen, weil seine Ansichten und Absichten das herrschende System aufweichen oder unterminieren. Seine Orientierung kommt nicht mehr ausschließlich vom bekannten und kontrollierbaren Außen, vom System, sondern entspringt den entsprechenden Gegensteuerungen und kompensatorischen Tendenzen der Psyche, auch im Hinblick auf das Kollektiv.

Dynamik

{448} Das Gegensatzpaar Extraversion - Introversion ist voller lebensgeschichtlicher Dynamik. Am eben beschriebenen Beispiel des Kindes ließ sich zeigen, dass Extraversion und Introversion wahrscheinlich konstitutionell gegebene Ausgangspunkte der Energieentwicklung sind. Sie lassen sich bis ins Tierreich zurückverfolgen. (20) Manche Menschen beginnen ihr Leben als Introvertierte, manche als Extravertierte. Der introvertierte Mensch hat es in unserer Gesellschaft ungleich schwerer als der extravertierte, der den gesellschaftlichen Ansprüchen mehr entspricht. Sein Selbstbild, sein Selbstwertgefühl und seine Selbstachtung sind von Anfang an gefährdet. Dies aber sind zugleich die Risikofaktoren einer neurotischen Entwicklung (siehe Kapitel 5). Die Aufgaben, die in der ersten Lebenshälfte zu bewältigen sind, beziehen sich auf äußere Lebensgegebenheiten und sind extravertiert. Kindergarten, Schule, Beruf, Freundschaften, Partnerwahl sind mit äußeren Objekten verbunden. Die Eroberung und Erweiterung des persönlichen Lebensraumes kann der Extravertierte besser bewältigen als der Introvertierte. Der Introvertierte muss sich dabei viel häufiger mit Misserfolgserlebnissen auseinandersetzen als der Extravertierte. Die zweite Lebenshälfte aber ist eher introvertiert. Steuern wir in der ersten Lebenshälfte auf den Höhepunkt des Lebens zu, so ist der Zielpunkt der zweiten Lebenshälfte der Tod. Und im Hinblick darauf bedarf es der inneren Ausgestaltung der Persönlichkeit, der Auseinandersetzung mit der Sinnfrage, mit Problemen der Transzendenz und Religion. Die Frage lautet dann: Wie will ich mein Leben abrunden, was ist noch offen geblieben, wie kann ich meinem Leben einen Sinn verleihen? Wenn ich meine Lebensaufgaben erfüllt, meine Kinder großgezogen, mein Haus gebaut, auch meine Karriere einigermaßen durchgeführt habe, stehe ich vor einem Wendepunkt: das äußere Leben bietet kein libidinöses Gefälle mehr. Auch der äußere Lebensrahmen setzt Grenzen für eine weitere Entwicklung der Extraversion. Zu vielen Aufgaben bin ich zu alt, um neue Stellen kann ich mich nicht mehr bewerben, eine Weiterbildung ist auch nicht mehr möglich. Hinzu kommen die Umstellungen im Organismus, weniger Kräfte stehen zur Verfügung, Gedächtnis, Vitalität und Arbeitsleistung lassen nach.

{449} C. G. JUNG hat versucht, das Leben mit einer Wurfparabel zu vergleichen. Zunächst ist die Bewegung eine aufsteigende, sie erreicht ihren Höhepunkt, steht dort eine kleine Weile still, um zunächst langsam, aber dann mit immer größerer Beschleunigung wieder abwärts zu führen. Dieser Augenblick, er kann sich im menschlichen Lebenslauf über Monate oder Jahre erstrecken, ist eine Zeit der Umkehr der Libidorichtung. Was sich bisher auswärts bewegte, will nun einwärts, was nach oben strebte, will jetzt «in die Tiefe». Das ist jener Moment, wo im Märchen «Frau Holle» das Mädchen in den Brunnen springt oder der Jüngling in den dunklen Wald hineingeht, in dem er anfangs weder Weg noch Steg sieht.

{450} Auf die extravertierte Seite der Lebensbewältigung werden wir durch Familie und Schule hinreichend vorbereitet, für die introvertierte Lebensbewegung fehlen meist Anweisung und Vorbilder. Das bedeutet aber, dass diese naturgemäße Veränderung der Libidorichtung sozial nicht abgesichert und entsprechend angstbesetzt ist. Deshalb ist es für viele Menschen so schwierig, mit der Lebenswende, dem Stillstand oder der Umkehr der Energierichtung umzugehen und fertig zu werden. Schwöre ich mir in jenen Augenblicken «ewige Jugend», so tue ich gerade das Gegenteil von dem, was im Sinne dieser Lebensbewegung von mir gefordert ist. Ich zwingen mich zu einer erneuten

Extraversion und entwickle mich früher oder später zu einer lächerlichen Figur. Die hohe Einschätzung der Jugendlichkeit, wie wir sie allenthalben beobachten können, ist ein Zeichen dieser Abwehr der Introversion, unserer Angst vor ihr. Letztlich verleugnen wir damit den Tod, suggerieren uns immer wieder einen extravertierten Neuanfang des Lebens. Ein innerer Neuanfang ist bei der anzunehmenden Zeitlosigkeit der unbewussten Prozesse immer möglich. Deshalb ist es ja auch so fatal, dass von psychotherapeutischer Seite das 40. Lebensjahr eben nicht im Sinne einer notwendigen Übergangsform zur Introversion interpretiert wird, sondern als eine Permanente des Stillstands.

{451} Die Theorie sagt, dass hier eine solche Festigkeit und zum Teil Starrheit des Organismus erreicht ist, dass Wandlungen nicht mehr möglich sind. Damit verleugnet aber die Psychotherapie, die ja ihrerseits, wie gezeigt, der Introversion verpflichtet ist, gerade diese Introversion in ihrer Eigendynamik. Statt eine Hilfe bei der Vorbereitung auf den Tod zu sein, wird uns Erstarrung des organischen Systems bescheinigt. Statt das vorhandene Wissen um die Eigendynamik der Psyche, wie sie sich etwa in Träumen immer wieder zeigt, ernst zu nehmen und mit den Patienten zu realisieren, verkünden wir das Ende der Extraversion und scheinen damit auch das Ende der psychischen Entwicklung zu definieren. Hier zeigen sich viele Widersprüche. Es ist das nicht zu überschätzende Verdienst C. G. JUNG's, der lebendigen Dynamik der zweiten Lebenshälfte mit seinem zunächst so abstrakt erscheinenden Begriff der Introversion Rechnung getragen zu haben. Der Stillstand der Lebensmitte wäre also der Beginn der Einkehr und Umkehr und somit keine Katastrophe. Angesichts der erwähnten festgeschriebenen äußeren Lebensstrukturen ist es jedoch nicht verwunderlich, wenn um diese Zeit Gefühle der inneren Leere und auch der Sinnlosigkeit des Lebens auftauchen. Gehen die Kinder aus dem Hause, ohne sich mit großer Dankbarkeit um die alternden Eltern zu kümmern, so stellt sich diesen sofort die Frage, was es denn nun für einen Sinn gehabt habe, für die Kinder zu leben und für sie etwas aufzubauen. Es ist sicher biologisch sinnvoll, in der ersten Lebenshälfte die Kinder zum entscheidenden Lebensinhalt zu machen.

{452} Das kann jedoch nicht so bleiben, denn in der zweiten Lebenshälfte zielt die Introversion auf die eigene Seele, das Selbst wird zum entscheidenden Lebensinhalt. Habe ich mich bisher um die Entwicklung und Entfaltung des von mir gezeugten Lebens gekümmert, so sollte ich mich jetzt um die Differenzierung und Entfaltung des eigenen Selbst kümmern, in diesem Sinne mit den mir anvertrauten Pfunden wuchern. Viele Frauen sehen mit großer Angst der Zeit entgegen, wo die Kinder aus dem Haus gegangen sind. Ihr Lebensinhalt und die wahrgenommenen Lebensrollen entsprachen der Brutpflege, der Sorge für die Familie und der Aufzucht der Kinder. Für ihre eigenen Bedürfnisse gab es keine Zeit. Was tut eine Frau mit den frei werdenden Energien, wenn sie um die Vierzig plötzlich ohne Aufgabe dasteht, die Kinder nur noch gelegentlich ihre Hilfe benötigen? Wir bieten ihr heute meistens an, dass sie dann wieder in ihren Beruf gehen sollte und dies auch schon vorher bei der Berufswahl mitbedenken muss.

{453} Frauen ohne Beruf sind in solchen Situationen natürlich viel schlechter dran, sofern das kollektive Ideal der Frau, die wieder berufstätig wird, allein maßgebend ist. Sicher ist dies ein Weg, die Selbstfindung einer Frau zu fördern. Da hier aber wiederum die Gefahr besteht, dass dies zu einem rein extravertierten Weg wird, ist eine solche Frau in Gefahr, das Ziel der zweiten Lebenshälfte zu verfehlen. Die extravertierte Polung ihrer Energie verleugnet den notwendigen Ausgestaltungsprozess ihres weiblichen Selbst, auch wenn keine Kinder und Familie mehr da sind. Es gibt doch auch Vollendungen der Weiblichkeit, wie übrigens auch der Männlichkeit, die nicht mehr nur generations-, zeugungs- und kindbezogen sind.

{454} Ein «weiser Mann» ist sicher im biologischen Sinne kein potenter Mann, er kann keine Kinder mehr zeugen und ist auch kräftemäßig nicht mehr in der Lage, die mit der Aufzucht des Nachwuchses verbundenen Leistungen zu erbringen. Dennoch kann er den Eindruck eines reifen und abgerundeten Menschen machen, der eine Form männlicher Existenz verkörpert. Ich möchte hier nicht falsch verstanden werden: Eine erneut aufgenommene Berufstätigkeit ist für viele Frauen ein notwendiger Schritt zur Ausgestaltung ihres Selbst. Berufstätigkeit und Weiblichkeit lassen sich durchaus vereinbaren. Sie muss nicht in Form einer männlichen Identifikation geschehen. Aber eines sei betont: Die einseitige extravertierte Verhaftung an den Beruf führt früher oder später zu dem Gefühl der Sinnlosigkeit und Leere, häufig verbunden mit psychovegetativen Symptomen, wie wir es in der psychotherapeutischen Praxis in zunehmendem Maße sehen. Sind denn die Rückenschmerzen wirklich nur eine Folge der sitzenden Arbeitshaltung im Büro?

{455} Worauf hier nur hingewiesen werden soll, ist, dass die Berufstätigkeit per se keine Lösung darstellt. Entweder muss die Berufstätigkeit die Introversion flankieren oder die Konzentration auf die Einwärtsbewegung der Libido die extravertierte Berufstätigkeit. Was heißt das praktisch? Die Erfahrungen der Analysen zeigen, dass die konsequente Beachtung der Signale der Psyche Schritt für Schritt die nötigen Hinweise ergeben, wie das Leben um- oder neuzugestaltet ist. Voraussetzung dafür ist allerdings, dass die Wirklichkeit der Seele anerkannt, dass ihre Lebensimpulse den äußeren Objekten und ihren Einflüssen gleichgestellt werden. Auf diese Weise wird aus dem Stillstand der Lebensmitte kein Leerlauf, aus der extravertierten Geschäftigkeit keine Depression, die häufig anstelle der nicht gelebten Introversion auftritt. Die Depression zieht, wie schon der diagnostische Name besagt, nach innen und unten, zieht die Libido von den äußeren Objekten ab. Wir haben kein Interesse mehr, Bewegungslosigkeit und Lethargie kennzeichnen diesen Zustand. Diese Depression ist häufig eine neurotisch verdeckte Forderung des Organismus nach Introversion. Es ist deshalb problematisch, solche depressiven Zustände sofort mit Medikamenten anzugehen, als handle es sich um krankhafte Entwicklungen. Es sind im Gegenteil sehr gesunde Signale des Organismus, dass jetzt die Zeit des Stillstands in eine Zeit der Einkehr und Introversion verwandelt werden muss.

{456} Hier gilt es, den Sinn solcher Symptome zu verstellen. Gewisse depressive Entwicklungen dieser Zeit sind therapeutisch rasch zu beeinflussen, indem man den Patienten den Sinn solcher Symptome verständlich macht. Das

wirkt wie eine Befreiung, die Libido erhält ein neues Gefälle, das Leben kommt wieder in Fluss, wenn auch in anderer Richtung. Es ist zunächst darauf zu achten, in welchem Ausmaß in einer depressiven Entwicklung die Frage der notwendigen Introversion erscheint. Der Organismus kann sich, wenn das Bewusstsein und das Ich ihm nicht zu Hilfe kommen, nur in Form solcher «blinder Symptomatologie» ausdrücken, deren Sinn aber vom Bewusstsein, von Therapeuten oder vom Arzt verstanden werden können. Er ist in diesem Fall der Sehende, der Patient der Blinde, was keine Bewertung darstellen, sondern nur einen Hinweis auf die Unbewusstheit geben soll. Die Wissenschaftssprache hat für die Zeitspanne des Stillstands, in dem die Veränderung der Libido-Richtung geschieht, keinen Begriff gebildet. Es wäre ein Zustand des Gleichgewichts zwischen verschiedenen Energierichtungen. Der von V. BERTALLANFY vorgeschlagene Begriff des Fließgleichgewichts zur Kennzeichnung biologischer Systeme könnte vergleichsweise herangezogen werden. (21)

{457} Der hier gemeinte Stillstand ist ein Zustand gleichwertiger Intensitäten gegensätzlicher Libido-Richtungen. Verglichen mit der Modellvorstellung der Wurfparabel kann es sich nur um sehr kleine Energiequanten handeln. Die zur Verfügung stehende Menge extravertierter Energie ist fast verbraucht, die entsprechende Menge einwärts gerichteter Energie ist gleich groß, jedoch im Wachsen begriffen, sodass das Übergewicht der Introversion absehbar ist. Hiervon zu unterscheiden sind Zustände aktueller Art, in denen die jeweilig aktualisierte auswärts und einwärts gerichtete Energiemenge gleich stark ist, Energiequanten großer Intensität und verschiedener Richtung heben sich auf und lassen eine energetische Null-Lage entstehen, die dann aber nicht so sehr als Stillstand, sondern als Stagnation und Stau verstanden werden muss. Es ist vor allem Wilhelm REICH gewesen, der das psychische System bevorzugt unter energetischen Gesichtspunkten gesehen hat und dem Phänomen des Energiestaus für die Entstehung der Neurosen eine große Bedeutung zumaß. (22)

{458} Nach seinen Vorstellungen handelt es sich vor allem um sexuelle Energie, die er später mit der Lebensenergie gleichsetzte, deren unvollständige Verwendung aufgrund neurotischer Charakterhemmungen Energie-Reststände zurücklässt, die der Erhaltung der neurotischen Abwehrsymptomatik zufließen. Die von REICH entwickelten energetischen Vorstellungen lassen sich nahtlos mit den von JUNG entwickelten Konzepten zusammenfügen. Im Unterschied zu Wilhelm REICH hat C. G. Jung die Bildseite und das Formprinzip der Energetik stark betont, mit denen sich REICH kaum beschäftigt hat.

{459} Die zum Zeitpunkt des Stillstands auftretenden Gefühle der Leere sind notwendigerweise mit solchen energetischen Phänomenen erlebnismäßig gekoppelt. Leere in diesem Sinne heißt aber Übergangszeit und Notwendigkeit der Umkehr der Libido-Richtung, nicht Sinnlosigkeit und Entleerung des Lebens als solchem.

Verfügbarkeit

{460} Der Organismus wird heute vielfach mit einer Maschine verglichen. (23) Im Hinblick auf die Problematik der technologischen Entwicklung erscheint ein solcher Vergleich zunächst negativ, wenn nicht gar zynisch. Andererseits ist er vom Standpunkt einer allgemeinen biologischen Energetik gerechtfertigt. «Der lebende Körper ist eine Maschine, die den aufgenommenen Energiebetrag äquivalent in andere dynamische Manifestationen verwandelt. Man kann nicht sagen, dass die physische Energie im Leben verwandelt werde, sondern bloß, dass die Umwandlung der Ausdruck des Lebens sei. Gleichmaßen wie der lebende Körper eine Maschine ist, so haben auch andere Adaptionen an die physikalischen und chemischen Bedingungen den Wert von Maschinen, welche andere Umwandlungsformen ermöglichen. So sind alle Mittel, die z. B. das Tier, abgesehen von der direkten Ernährung seines Körpers, zur Sicherung und Weiterführung seiner Existenz benötigt, Maschinen, welche das natürliche Gefälle zur Arbeitsleistung ausnützen.» (24)

{461} C. G. Jung kann sicher nicht einer einseitigen Huldigung der technologischen Entwicklung verdächtigt werden, aber auch für ihn ist dieser Aspekt des menschlichen Organismus selbstverständlich. Der Fortbestand des Lebens ist ein solcher, den Maschinen vergleichbarer Umsetzungsprozess, an Funktionssysteme des Organismus gebunden. Diese Modelle können auch versuchsweise auf den psychischen Bereich übertragen werden. Die psychischen Funktionen dienen gleichermaßen der Lebenserhaltung und werden durch die entsprechenden «maschinellen» Umsetzungsprozesse erhalten. Dieser maschinelle Anteil des Lebensprozesses verbraucht einen großen Teil der zur Verfügung stehenden Energie. «Die Libido ist in diesen Funktionen investiert als deren nicht zu verwandelnde, spezifische Kraft», so hatte ich einleitend C. G. JUNG zitiert. Nun zeigt aber die Selbstbeobachtung wie die Verhaltensbeobachtung überhaupt, dass darüber hinaus dem Ich Energien zur Verfügung stehen, über die es in einem gewissen Sinne frei verfügen kann. Hier sollen zunächst die unbewussten Determinanten des Verhaltens, die die Freiheit des Ich, wie wir wissen, wesentlich einschränken, außer acht bleiben.

{462} Dem Ich steht eine gewisse Menge Energie zur Verfügung, ein gewisser Energieüberschuss, der nicht fest in die Funktionssysteme zur Lebenserhaltung des Organismus investiert ist. Das heißt aber auch, dass die Energieverwendung ihres Zwangscharakters entledigt wird und die Qualität der freien Verfügbarkeit erhält. Für C. G. JUNG beginnt die psychische Kondition oder Qualität dort, wo «sich die Funktion von ihrer äußeren und inneren Bedingtheit zu lösen beginnt und erweiterter und freierer Anwendung fähig wird, d.h., wo sie sich dem aus anderen Quellen motivierten Willen als zugänglich zu erweisen sich anschickt». (25) Sigmund FREUD war davon ausgegangen, dass die Libido in zwei vorgeprägten Formen im Organismus erscheint, in einer aggressiven wie in einer sexuellen Form. Die weiteren und immer differenzierteren psychoanalytischen Beobachtungen haben jedoch die Hypothese nahe gelegt, dass darüber hinaus eine neutrale Libidoform angenommen werden muss, die dem Ich für seine Leistungen zur Verfügung steht.

Diese Forschungen sind mit dem Namen Heinz HARTMANN verbunden. (26) Biologisch gesehen ist es plausibel: Im weiteren Sinne hier wiederum frei von technologisch negativen Assoziationen, ist auch das Ich eine Maschine, die für ihre Arbeitsleistung Energie braucht. Es ist logisch sinnlos, von Ich-Funktionen zu sprechen, ohne sich zugleich über die energetische Seite dieser Funktionen Gedanken zu machen. Somit ist die Verfügbarkeit oder Disponibilität der psychischen Energie ein notwendiges Postulat unseres organismischen Modells.

{463} Wie andernorts, so erweist sich auch hier das Selbsterleben, insbesondere des Leidenden, als wichtige Erkenntnisquelle. Was viele psychische Störungen auszeichnet, ist eben gerade, dass die psychische Energie nicht mehr verfügbar ist. In extremster Form begegnen wir diesem Phänomen bei den Zwangskranken. In der Zwangsneurose ist der Patient so extrem an die Durchführung ganz bestimmter Rituale gebunden, dass seine Lebensführung entscheidend beeinträchtigt ist. Nur unter ganz bestimmten Bedingungen, bei Extremfällen nach stundenlangem Händewaschen, «darf» er andere Tätigkeiten ausüben, sein Frühstück einnehmen oder das Haus verlassen. Unzählige Male wird kontrolliert, ob die Haustür abgeschlossen, ob die Brieftasche wirklich eingesteckt ist.

{464} Diese Formen einer absoluten Gebundenheit der psychischen Energie zeigen Endzustände der Nichtmehrverfügbarkeit. Normale Lebensvollzüge sind nur dann zu bewältigen, wenn eine Energiemenge zur freien Disposition steht. Das ist die Voraussetzung jeder Anpassungsfähigkeit, jeder Umstellung und Neuorientierung, sei es im Alltag oder in größeren Lebenszusammenhängen. Wir wissen aber inzwischen, und hier verdanken wir wieder den Forschungen Wilhelm REICH's außerordentlich viel, dass das von Ängsten und Schuldgefühlen bedrohte Ich gezwungen sein kann, sehr viel der psychischen Energie dazu zu verwenden, gefährliche Triebregungen, Gefühle oder Gedanken abzuwehren. Die gesamte psychoanalytische Abwehrlehre, wie sie besonders von Anna FREUD entwickelt worden ist (27), zeigt, welche energetischen Aufwendungen das Ich erbringen muss, um seine Existenz zu erhalten. Werden etwa beim Kind sehr früh natürliche aggressive Äußerungen streng bestraft, entwickelt sich im Organismus eine panikartige Vermeidungstendenz. Aggressionen dürfen einfach nicht mehr vorkommen, wenn sich das Ich infolge der strengen Strafen in seiner Existenz nicht unmittelbar bedroht sehen soll.

{465} Da die Ich-Entwicklung ebenso wie die Aggression ein unumgänglicher Bestandteil der psychischen Entwicklung des Menschen ist, müssen Kompromisse gesucht werden zwischen der Existenzfähigkeit des Ich und der ebenso dem Organismus zugehörigen Aggression. Diese noch lebbareren Kompromisse sind ein Ergebnis der Abwehr, zum Beispiel der Verdrängung. Es entwickelt sich eine psychische Struktur, die die gefährlichen Impulse aus dem eigenen Inneren in der Latenz hält. Sie werden von einem bestimmten Stadium der Entwicklung an dem Ich überhaupt nicht mehr bewusst, sodass dort wieder eine relative Angstfreiheit und damit auch Lebensfähigkeit besteht. Allerdings ist diese Lebensfähigkeit nur um den Preis der Abspaltung ebenso notwendiger Lebensimpulse möglich. Damit wird der Organismus wichtiger Bewältigungsmöglichkeiten beraubt.

{466} Menschen mit solchen Aggressionshemmungen sind meistens nicht mehr in der Lage, ihre Lebensprobleme mit der nötigen Kraft «anzugreifen». Vorsichtshalber überlassen sie diese Fragen anderen, um selbst keine Risiken einzugehen. Damit entwickeln sich mannigfaltige Abhängigkeiten und zusätzliche soziale Probleme. Energetisch gesehen heißt das aber, dass die Energie, die für die Abwehr solcher Regungen zur Verfügung gestellt werden muss, dem Ich nicht mehr frei zur Verfügung steht. Sie wird physiologisch, zum Beispiel in Muskelspannungen und Verkrampfungen, investiert, die von Wilhelm REICH als Charakterpanzer bezeichnet worden sind. Wie bei den modernen Staaten die Rüstung und Verteidigung Riesensummen verschlingt, die für andere, dringend notwendige Bedürfnisse des modernen Gesellschaftssystems ausgegeben werden sollten, so auch im Einzelorganismus. Viele Menschen erreichen sehr rasch einen Zustand, in dem die noch frei zur Verfügung stehende Energie zu gering ist, um ein einigermaßen bewegliches Leben führen zu können. Wir wissen aber, dass Bewegung, Energie und Leben weitgehend synonyme Ausdrucksformen sind. Damit ergibt sich schon sehr früh ein Zustand der Lebenseinschränkung bis hin zur Erstarrung. Wenn wir sagen, dass ein Jugendlicher sich schon so verhält wie «sein eigener Großvater», so meinen wir diesen Sachverhalt. Trotzdem scheint es so zu sein, dass der Organismus im jugendlichen Alter immer noch einen Energieüberschuss produziert, der nicht durch feste Investitionen aufgebraucht wird.

{467} Dies bestätigt die psychotherapeutische Erfahrung. Selbst bei hochgradigen Gehemmtheiten zeigt sich, dass kleine Energiemengen zur Verfügung stehen, die eine allmähliche Änderung in kleinen Schritten ermöglichen. Äußerst selten begegnen uns Patienten, bei denen wir die Hoffnung ganz aufgeben müssen. Es stehen keine Energiefreibeträge mehr zur Verfügung. Beobachtet man aber die Bildsprache der Psyche, die Traumsignale, so zeigen sich immer wieder Ansätze, wo im Augenblick ergänzende und kompensatorische Veränderungen möglich wären.

{468} Können wir in der ersten Lebenshälfte noch mit einiger Sicherheit davon ausgehen, dass diese Energieüberschüsse vorhanden sind, so wird in dieser Hinsicht die Situation in der zweiten Lebenshälfte problematischer. Die Vorbereitung auf den Tod, die Einschränkung vieler psychologischer Prozesse, das beginnende Alter haben gerade die Abnahme der Vitalkraft und Energie als gemeinsames Kennzeichen. Für einen Menschen, der sehr viel seiner psychischen Energie in Abwehrsysteme und neurotische Symptome investieren musste, steigern sich in dieser Phase die Schwierigkeiten. Das ist besonders bei den Arbeitsstörungen zu beobachten, die sich nach und nach einstellen. Unter dem Druck weiterer Leistungssteigerung steht der Mensch der zweiten Lebenshälfte vor der Situation, keine zusätzlichen Energien mehr zur Verfügung zu haben. Er versucht dieses Dilemma entweder dadurch zu lösen, dass er mehr Zeit für den Beruf investiert, dass er mehr Energie aus anderen Lebensbereichen, etwa dem der Familie, entzieht und in die Arbeit steckt oder dass er in einen Zustand zunehmender Anspannung gerät, der als «Stress» bezeichnet wird. Dass dieser ursprünglich von SELYE (28) wissenschaftlich geprägte Begriff «Stress» so rasch in das

allgemeine Sprachbewusstsein übergegangen ist, verbale und adjektive Formen entwickelt hat - eine «stressende» Arbeit oder ich bin völlig «gestresst» oder «das stresst mich» - zeigt, dass die Wissenschaftssprache hier einen Bereich abgegrenzt hat, der mit den Erlebnissen der Menschen in hohem Maße übereinstimmt.

{469} Wahrscheinlich kann man den Inhalt vieler Klagen psychovegetativ gestörter Patienten zusammenfassend so beschreiben, dass keine Energie mehr zur Verfügung steht. Es empfiehlt sich überhaupt, die Symptomatologie der Erkrankung, etwa die Lähmung, die Versagensängste, die Schlaflosigkeit, die zunehmende Verkrampfung bis hin zu Weinkrämpfen, zunächst unter energetischen Gesichtspunkten zu betrachten. Dies war auch am Beispiel der Introversion und der Extraversion deutlich geworden. Aus diesen Überlegungen folgt, dass die von den Normsystemen der Gesellschaft geforderten Abspaltungen psychischer Lebensbereiche die Lebensfähigkeit des Organismus stark herabsetzen. Es ist eben nicht von vornherein auszumachen, was für diesen oder jenen Organismus lebensfördernd ist. (Auf die gleichzeitig notwendige kulturelle Umsetzung dieser ursprünglichen biologischen Energien komme ich im nächsten Abschnitt zu sprechen.) Wenn es die Gesellschaft nicht tut, muss der einzelne seine Lebensbedingungen so zu gestalten versuchen, dass er seine Energien nicht für die Abwehr anderer, ebenso lebensnotwendiger Energien verwenden muss. Im Rahmen des energetischen Konzepts heißt das aber auch, dass etwa die Abwehr der introversiven Libido-Bewegung ebenso energieverschluckend ist wie beim Introvertierten die Abwehr der extraversiven Libido-Bewegung.

{470} Gerade bei der Komplexität der psychischen Phänomene, die in dieser Hinsicht den Körperprozessen sicher nicht nachstehen, auch wenn wir sie heute erst zum Teil kennen, sind wir darauf angewiesen, weitgehend der Selbststeuerung des Organismus zu vertrauen. Unser Ich ist völlig überfordert, wollten wir all diese energetischen Ausgleichsprozesse selbst und bewusst leisten. Das Ich ist gänzlich auf das Signalsystem des Körpers angewiesen, häufig aber auch zusätzlich auf einen Übersetzer, der diese Signale deutet. Der Psychotherapeut übernimmt teilweise diese Funktion. Sich auf die Selbststeuerung des Organismus zu verlassen, heißt praktisch, dass ich auf die Signale meiner eigenen Psyche achten lerne. Hier, wie schon mehrfach in diesem Buch, sei noch einmal auf die positive Wirkung der Traumsymbole hingewiesen. Sie zeigen am ehesten, wie ein Weg zu einer erneuten Disponibilität der Energie zu finden ist. Das Ich und die begrenzte Reichweite des Bewusstseins genügen nicht, um das Gesamtfeld der psychischen Phänomene zu überblicken. Es bedarf anderer steuernder Instanzen, eben des Selbst, um dem Ich die entsprechenden sinnvollen Signale zu vermitteln. Die Träume und die Bildsprache der Psyche sind hierbei mit die wesentlichen Medien.

Transformationen

{471} Das Leben ist nicht nur als energetischer Prozess und Bewegung zu begreifen, sondern auch als Entwicklung und Wandlung. So versucht sich der Psychotherapeut vor der Übernahme einer Behandlung über die Entwicklungs- und Wandlungsfähigkeit seines zukünftigen Patienten Gedanken zu machen. Auch der Patient selbst fragt sich besorgt, ob man sich in seiner Situation oder in seinem Lebensalter überhaupt noch verändern kann. Der Wunsch nach Heilung ist auch ein Wunsch nach Veränderung. Wo heute ständige Not und Sorge sind, sollte morgen Gelassenheit und Ruhe sein, wo heute Anspannung und Verkrampfung herrschen, wird der Wunsch nach Gelöstheit und freier Beweglichkeit lebendig. In der klinischen Praxis wie im Selbsterleben sind das Selbstverständlichkeiten, wissenschaftlich gesehen handelt es sich hier um schwer lösbare Fragen.

{472} Sigmund FREUD hat bei seinem Studium der Neurosen die Theorie der verschiedenen Stufen der Libido-Entwicklung, der Partialtriebe und Triebanteile entwickelt. Die beim Kind beobachtete Freude und Lust, sich mit dem eigenen Kot zu beschäftigen, diesen zu verschmieren, schien bei sorgfältiger klinischer Beobachtung durchaus mit bestimmten Formen künstlerischen Schaffens in Beziehung zu stehen. Der Kinderpsychotherapeut weiß sehr gut, dass bestimmte Fixierungen der kindlichen Entwicklung unter Zuhilfenahme von Fingerfarben und entsprechenden Schmierereien zu lockern und zu beheben sind. Dieser Prozess des freien Verfügens über Farben, Material und Bewegungen ist aber zugleich ein schöpferischer Prozess, das dabei Gestaltete hat für das Kind durchaus künstlerischen Wert. Dass kreative Prozesse mit analen Funktionen zusammenhängen, ist ja nur deswegen anstößig, weil wir diesen lebensnotwendigen Funktionen des Organismus im Rahmen unserer einseitigen und auf zwanghafte Sauberkeit und Reinheit bedachten Kultur die negativen und verabscheuungswürdigen Qualitäten beifügen. Wir lernen sehr früh, unsere Exkremente abzulehnen und mit entsprechenden Affektäußerungen zu belegen. Um die gleichzeitige Faszination, die auch beim Erwachsenen anerkanntermaßen noch von den Exkrementen ausgeht, abzuwehren, entwickeln wir Ekelgefühle. Die Psychoanalyse spricht hier von Gegenbesetzungen. Gegenbesetzungen heißt, dass bestimmte abwehrende Lebenshaltungen mit erheblichen Energien versorgt werden. Auf diese Weise wird ein Bollwerk gegen die analen Tendenzen im Menschen aufgebaut und die Verdrängung aufrecht erhalten. Die dazu verwendete Energie ist für den schöpferischen Lebensprozess nicht mehr verfügbar.

{473} Was hier beschrieben wurde, ist zunächst die enge Verbindung schöpferischer Prozesse mit analen Funktionen und zugehörigen Lustgefühlen. Mitgedacht wurde dabei, dass diese, der Einfachheit halber sei es so genannt, analen Energien gewandelt und in eine andere energetische Form übergeführt werden. Da es sich hier, gemäß unserem Wert- und Geschmackssystem, um die Überführung «niederer» in «höhere» Bedürfnisse handelt, sprach FREUD von einer Sublimierung des Triebbedürfnisses. Energie kann sich wandeln. Zu klären wäre die Frage, wie Energien, die ja zunächst als reine Kräfte gedacht werden müssen, immer wieder neue, auch höhere und kulturelle Formen annehmen können. C. G. JUNG vertrat die Ansicht, dass die Symbolbildung der wesentliche Energietransformator ist. Das Symbol wäre also im Sinne der Energieumwandlung eine Maschine. Wir verwenden ja auch den Ausdruck Transformator in der

Elektrotechnik und meinen damit eine Maschine, die Energieintensitäten, Spannungen verändert. Bei der Modelleisenbahn wird die Eingangsspannung von 220 Volt in eine Spannung verwandelt, mit der die kleinen Lämpchen und die Motoren angetrieben werden können. Es hat also eine Energieumwandlung stattgefunden. So scheute sich C. G. JUNG auch nicht, die Kultur ebenfalls, wie zitiert, als eine Maschine darzustellen, «durch welche das natürliche Gefälle zur Arbeitsleistung ausgenutzt wird».

{474} Mit diesen Fragen beschäftigte er sich schon in der grundlegenden Arbeit «Wandlungen und Symbole der Libido», die zugleich der Markstein seiner Trennung von Sigmund FREUD gewesen ist. (29) Er gebrauchte den Ausdruck «Verlagerung der Libido», um damit die energetische Verwandlung oder Umsetzung zu bezeichnen. «Ich denke bei diesem Ausdruck an ein Verlegen psychischer Intensitäten und Werte von einem Inhalt auf einen anderen, entsprechend der so genannten Umwandlung der Energie, welche z. B. als Wärme durch die Dampfmaschine in Dampfspannung und dann in Bewegungsenergie übersetzt wird. Gleichmaßen wird die Energie gewisser psychischer Phänomene durch geeignete Mittel zur Umwandlung in andere Dynamismen gebracht.» (30) Bei solchen Energieumwandlungen wird die Triebenergie auf ein dem Triebobjekt analoges Objekt übergeleitet. «Ein gutes Beispiel hierfür ist die Frühlingszeremonie der Watschandis: Sie graben ein Loch von länglicher Form in den Boden und umstecken es mit Buschwerk, sodass es an ein weibliches Genitale erinnert. Um dieses Loch tanzen sie, wobei sie ihre Speere so vor sich halten, dass sie an den Penis in erectione erinnern. Indem sie das Loch umtanzen, stoßen sie die Speere in die Grube und rufen dazu: Pulli mira, Pulli mira, wataka! (Non fossa, non fossa, sed cunnus!) Keiner der Teilnehmer darf während der Zeremonie auf eine Frau blicken. Mit dem Loch schaffen die Watschandis ein Analogon des weiblichen Genitale, des Objektes des natürlichen Triebes. Durch das vielfache Rufen und die Ekstase des Tanzes suggerieren sie sich, dass das Erdloch wirklich ein Genitale sei, und, damit sie in dieser Illusion nicht durch das wirkliche Triebobjekt gestört werden, darf keiner auf eine Frau blicken.

{475} Es handelt sich also um unzweifelhafte Kanalisierung der Energie und Überleitung derselben auf ein Analogon des ursprünglichen Objekts durch den Vorgang des Tanzes (der eigentlich ein Begattungsspiel ist, wie bei den Vögeln und anderen Tieren) und durch die Nachahmung des sexuellen Aktes. Dieser Tanz hat einen besonderen Sinn als Erdbefruchtungszeremonie, weshalb er auch im Frühling stattfindet. Er ist eine magische Handlung, die den Zweck hat, die Libido auf die Erde überzuleiten, wodurch die Erde einen besonderen psychischen Wert erhält und dadurch ein Erwartungsobjekt wird. Der Geist beschäftigt sich dann mit ihr und ist durch sie determiniert, wodurch die Möglichkeit und Wahrscheinlichkeit gegeben ist, dass der Mensch ihr seine Aufmerksamkeit widmet, was die psychologische Vorbedingung des Ackerbaus wäre. Der Ackerbau erfolgt tatsächlich, wenn auch nicht ausschließlich, unter sexuellen Analogiebildungen.» (31)

{476} Dieses Beispiel kennzeichnet das Erklärungsmodell für viele Umwandlungsprozesse, die im Laufe der Kulturentwicklung mit dem Menschen geschehen sind. Die enge Verbindung der ursprünglichen Triebziele mit der Kulturarbeit erklärt auch den symbolischen Gehalt, den die Erde für uns hat. Wir verstehen auf diese Weise auch, dass sie in der Symbolik immer weiblicher Natur ist. Die von den Watschandis vorgenommene Handlung ist eine symbolische Handlung. Hieraus leiten wir die Vermutung ab, dass jede symbolische Handlung, jedes bildmäßig dargestellte Symbol in irgendeiner Form einen solchen energetisierenden Prozess darstellt. Diese Symbolbildung ist aber nur dann möglich, wenn gewisse Libidoüberschüsse vorhanden sind. Über das Symbol werden sie einer anderen Verwendung zugeführt.

{477} In diesem Sinne wird das Symbol zur Leitlinie der persönlichen Wandlung, wobei wir die Wandlung als Energietransformation verstehen. Bei der Traumarbeit in der klinischen Praxis zeigt sich das täglich. Tritt in den Räumen eines Mannes etwa ein kleines Mädchen auf, oder wird es gar erst geboren, so weist das auf psychische Energien hin, die sich zunächst am ehesten im Bild des kleinen Mädchens ausdrücken. Mit dem Träumer ist dann herauszuarbeiten, was für ihn, in seiner jetzigen Situation, ein kleines Mädchen bedeutet. Damit wäre der Lebensbereich gefunden, in dem jetzt eine Wandlung möglich und notwendig ist. Oft handelt es sich um ganz «kleine» und «schwache», aber zukunftsweisende Gefühle, denen sich der Träumer zuwenden, die er zulassen sollte. Dann lässt sich meist mit dem Träumer zusammen herausarbeiten, welcher Schritt von ihm im Leben als nächster getan werden müsste, um den durch das Symbol vorgezeichneten Weg zu gehen.

{478} Die im Bild aufgezeichnete Möglichkeit, Energie zu transformieren, ist in diesem Fall die Handlungsanweisung. Eine Psychotherapie, die sich auf diese Weise orientiert, folgt konsequent der notwendigen Verbindung von Energie, Bild und Form.

{479} Vor dem Hintergrund dieser Energetik und der Auffassung, das Symbol als eine energetisierende Maschine zu verstehen, zerfällt eine romantische und dem Leben nicht verpflichtete, rein ästhetisierende Symbolbetrachtung und Deutung. Die Symbole sind direkt der Lebensenergie verbunden, sie ist die Kraft des Lebensprozesses. Die Bewegungen der Energie, wie sie mit Regression und Progression, Introversion und Extraversion dargestellt waren, erscheinen wieder in der symbolischen Form. Ein sehr extravertiert eingestellter Mensch kann zum Beispiel von einem Haus träumen, in dem alle Fensterläden in einem so schlechten Zustand sind, dass sie nicht mehr geschlossen werden können bzw. das Licht durch alle Ritzen eindringt. Der Traum endet mit dem Gefühl oder der Aufforderung, dass als nächstes die Fensterläden repariert werden sollten. Das Unbewusste bedient sich häufig sehr direkt aus der Alltagswelt geholter Bilder, um dem Ich des Träumers sein Anliegen nahe zu bringen. Dann ist es allerdings die Sache des Träumers, die notwendigen Konsequenzen zu ziehen und die Fensterläden zu reparieren. Seine Lebensenergie hat in diese Richtung im Augenblick ihr natürliches Gefälle. Ihm sollte das Ich tunlichst folgen, die

Anweisung vom Unbewussten ist klar. Eine Weigerung, das Leben auf diese Weise zu begleiten, blockiert den indizierten Energieumwandlungsprozess.

{480} Wenn wir mit Symbolen leben, leben wir in naher Verbindung mit unseren Lebensenergien und Lebensbewegungen.

Hinweise für den Therapeuten

{481} Kenntnis und klinischer Umgang mit den Konstrukten einer psychischen Energetik ist Voraussetzung analytischer Psychotherapie. Vom Modell her ist Psychodynamik nur begreifbar, wenn sie energetische Prozesse postuliert. Die vielfältigen Implikationen, die sich aus der lebensgeschichtlichen Darstellung von regressiven und progressiven, introversiven und extravertierten Entwicklungen ergeben, machen einen Großteil der Behandlung aus. Dabei kann es schwierig sein, einen extravertierten Patienten auf dem Weg der Umkehr der Libido richtig zu begleiten, wenn die eigene Lebenseinstellung primär extravertiert ist. Der heute noch zum Teil gravierende Mangel an Therapieplätzen zwingt oder verführt viele Analytiker, mehr Patienten zu behandeln, als energetisch vertretbar ist.

{482} Das gilt besonders hinsichtlich der für den Therapeuten notwendigen eigenen Introversion. Die Begleitung eines Patienten auf seinem Weg nach innen ist für den Therapeuten eine extravertierte Tätigkeit. Er beschäftigt sich mit äußeren Objekten. Die schon von FREUD erhobene Forderung, wenigstens alle fünf Jahre erneut ein Stück eigene Analyse zu machen, ist hier einzuordnen. Selbst introvertiert zu leben heißt nicht nur, sich behandlungsfreie Zeiten frei zu halten, sondern vor allem auch, mit den Träumen zu leben, das eigene Leben vor der Matrix des Unbewussten konsequent zu begleiten. Mit den Träumen leben, umfasst aber nicht nur die Kenntnisnahme des Traumes, sondern beinhaltet auch die persönliche Arbeit damit. Dabei wird es nicht ausbleiben, dass gewisse Traumbilder einer näheren Ausgestaltung bedürfen oder zu einer aktiven Imagination führen.

{483} Die Frage nach Gut und Böse bei der Progression ist auch für den Therapeuten nicht leicht zu beantworten. Es ist zudem auch seine Funktion, die Belange des kollektiven Bewusstseins mitzuvertreten. Gleichzeitig wissen wir, welche überhöhte Stellung er aufgrund verschiedener Übertragungsenergien für den Patienten hat. Seinem Wort, seinem Zweifel kommt überhöhte Bedeutung zu. Auch wenn diese Dinge hinreichend bekannt sind, sollte an dieser Stelle noch einmal besonders daran erinnert werden. Die Bildersprache der Phantasien und Träume zeigt, in welche Verhaltensformen sich die psychischen Energien im Rahmen der kompensatorischen Selbststeuerungsprozesse derzeit wandeln wollen.

{484} Der deutende Umgang mit den Bildern ist hierzu das notwendige Rüstzeug. Deutender Umgang heißt jedoch nicht nur Rückführung der Bildinhalte auf bekannte theoretische Konstrukte. Benutzt ein Träumer beispielsweise in seiner Schule nur den Hinterausgang, so ist neben seinen persönlichen Assoziationen auch der amplifikatorische Umgang mit einem scheinbar so banalen Sinnbild zu berücksichtigen. Das amplifikatorische Vorgehen schließt hier keinesfalls nur die großen archetypischen Symbolkreise und Mythologeme ein, sondern die sprachliche Bilderwelt, die Metaphern, die sich in der Alltagssprache mit der Hintertür verbinden. Eine Hintertür haben heißt ja auch, in schwierigen Situationen nicht ohne Ausweg zu sein. Wir sind leicht geneigt, die Progression der Libido bei unseren Patienten als für die Heilung notwendig zu fordern und anzuerkennen. Verharren wir aber selbst nicht häufig genug in Konventionen und Regelmäßigkeiten, die auf keine Progression der Libido mehr schließen lassen? Wo und wie vollzieht sich unser eigener schöpferischer Prozess, welche Energien sind wir bereit dort zu investieren? Oder sind wir durch Gegebenheiten in der Familie und der Praxis so in Anspruch genommen, dass keine disponible Energie für die persönliche Weiterentwicklung zur Verfügung steht? Hier beginnen analytische Therapeuten unglaubwürdig zu werden.

Für den Betroffenen

{485} Die Frage nach der psychischen Energie und der vitalen Kraft ist mit viel Sorge und Angst verbunden. Das hat schon begonnen, als Sie noch sehr klein waren. Die zum Teil unverständlichen Ängste und Lebensbegrenzungen Ihrer Eltern haben dazu geführt, dass auch Ihre Lebensenergie sich nicht frei genug entfalten und die ihr gemäßen und auch von der allgemeinen menschlichen Entwicklung vorgezeichneten Formen finden konnte. Das, was eigentlich dem Leben dienen sollte, wurde mit Angst verbunden und unterdrückt. Für einen kleinen Jungen ist es sehr schwierig, hart zu werden und seine Gefühle zu unterdrücken. Auch ein kleines Mädchen mag sich nicht ohne weiteres in die schon im Lesebuch vorgezeichneten Rollen der lieben Tochter einfügen. Deshalb ist es häufig so, dass es bereits Angst auslöst, Lebensenergien zu spüren. Dabei ist noch gar nicht ausgemacht, in welche Richtung diese Energie will. Der Versuch, die Lebensbewegung immer wieder zu unterdrücken, führt zu Verspannung, Verkrampfung und zuletzt zu innerer Leere und dem Gefühl der Sinnlosigkeit. Das Gefühl eines positiven Lebenssinnes ist an die Bewegungsfähigkeit der psychischen Energie gebunden. Die mehrfach erwähnte Offenheit und Wahrnehmungsfähigkeit für Signale aus dem eigenen Inneren ist die wichtigste Voraussetzung, die von Ihrem Organismus angestrebte Richtung der Lebensenergie zu erspüren. Dann ist es allerdings notwendig, sich darauf zu verlassen, dass diese Bewegung zu einem guten Ziel führt. Der Mensch hätte nicht alle Schwierigkeiten in Hunderttausenden von Jahren überlebt, wenn er nicht über sinnvolle Überlebensmechanismen verfügen würde. Die Notwendigkeit der einwärts gerichteten Lebensenergie, sowohl im Täglichen wie insbesondere in der zweiten Lebenshälfte, kann nicht oft genug betont werden.

{486} In den Träumen wird Geld vom Unbewussten als geeignetes Bild für Kraft und Energie gewählt. In diesem Sinne stellt die Lebensenergie ein Kapitel dar, zu vielerlei Verwendung fähig. Spüre ich überhaupt noch meine Kraft? Weiß ich noch, in welche Richtung diese Kraft im Augenblick will? Wenn C. G. Jung den Lebens- und psychischen Prozess

als das Teleologische par excellence bezeichnet, so weist er damit ausdrücklich auf die Zielgerichtetheit der Energie hin. Es sind eben keine blinden Naturkräfte, die mich steuern, sie sind mit einem Vorauswissen um die Entwicklungsziele verbunden. Dieses Vorauswissen lässt sich sowohl auf einer allgemeinen organismischen wie auf einer persönlichen Stufe postulieren. Nicht nur meine generelle Form als Mensch, auch meine individuelle Form als Persönlichkeit ist in gewissem Sinne als innerer Zielprozess vorgegeben. Ich muss zu dem werden, der ich bin. Dieses Ziel kann ich aber nur erreichen, wenn mir Lebensenergie zur Verfügung steht. Trotz einer Bindung an feste Wachstumsprogramme sind Teile frei verfügbar. Auch hier wird es zur Lebensfrage, herauszufinden, ob und wie Energie frei verfügbar ist. Es ist auch eine Frage des Mutes, sich dem Strom der Energie wieder anzuschließen.

{487} Häufiger, als wir denken, geschieht die natürliche Energieumwandlung über das Symbol in eine religiöse Richtung. Ich weiß mich wieder einer Transzendenz gegenübergestellt, ich spüre, dass ich Kräften in mir gegenüberstehe, die weit über das hinausreichen, was mein Ich weiß und mein Bewusstsein umfasst.

{488} Mit der Introversion ist meistens die religiöse Frage verknüpft. Das lässt sich auch umgekehrt formulieren: Für den modernen, dem religiösen Gefühl entfremdeten Menschen dürfte der Zugang zum Religiösen überwiegend über die Introversion erfolgen. Auch das, was ich als Entfremdung, als Sinnentleerung empfinde, lässt sich, wenigstens so weit unsere heutige klinische Erfahrung reicht, vor allem beim Menschen der zweiten Lebenshälfte hauptsächlich über die Introversion kompensieren.

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>

8. Eltern: Lebensgestalt und Urtyp

Thesen zum Thema

{489} Die Persönlichkeit der Eltern, ihr Charakter, ihre Einstellung, ihre Weltanschauung, ihre Grenzen und Möglichkeiten prägen die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes in entscheidender Weise. Wahrscheinlich gehen aber vom Unbewussten der Eltern die stärksten Wirkungen aus. Was sie selbst nicht zu leben wagten, beleben oder verurteilen sie in ihren Kindern. Häufig geschieht beides: dem Kind wird die Verwirklichung unbewusster elterlicher Wünsche und Ziele auferlegt, und zugleich wird es für deren Realisierung gestraft. Impuls und Abwehr werden projiziert und in der Beziehung zu Lasten des Kindes gelebt.

{490} Kinder verfügen über psychische Mechanismen, um mit schädigenden Einflüssen der Eltern fertig zu werden, allerdings oft unter Einbuße an persönlichem Lebensglück und Entwicklungsmöglichkeit. Die Psychoanalyse hat hierfür Abwehrmechanismen beschrieben, die Lerntheorie kennt Lernen am Modell, Erfahrungslernen und andere wichtige Lernprozesse.

{491} Eltern und Kinder sind wechselseitig aufeinander bezogen und gemeinsam in das familiäre System gegenseitiger Abhängigkeiten eingespannt. Verändert sich das Leben der Eltern, werden die Kinder in Mitleidenschaft gezogen. Krisenhafte Entwicklungen auf seiten des Kindes wirken auf die Beziehungen und die Einstellungen der Eltern zurück.

{492} Die zu lange Bindung an Eltern und Familie ist häufig eine Quelle neurotischer Fehlentwicklungen. Vor allem sind die Neurosen der ersten Lebenshälfte davon stark geprägt. Neurotische Entwicklungen in der zweiten Lebenshälfte dagegen beziehen sich eher auf die Fragen nach Ganzheit, Sinn und Tod.

{493} Die Reise mit Vater und Mutter, als reales Erleben und Wiedererleben im analytisch-therapeutischen Prozess, ist ein wesentlicher Bestandteil des persönlichen Lebens. Sie gehört zu den archetypischen Gegebenheiten und wird auch dann vollzogen, wenn keine realen Eltern existieren. In solchen Fällen werden andere Personen mit entsprechenden Phantasien überkleidet und in den Stand von Vater und Mutter erhoben. Im Notfall werden die positiven Aspekte des Elternbildes, wenn sie bei den realen Elternfiguren nicht unterzubringen sind, auch auf Tiere oder in Phantasiegestalten projiziert.

{494} Die Fähigkeit, auf die von den Eltern ausgehenden Reize zu antworten, wird nicht mit jeder individuellen Existenz neu erworben. Diese Reaktionsmuster sind angeboren und im Laufe der Artentwicklung als Lebensgarantie entwickelt und gespeichert worden. C. G. JUNG fragte einen Kritiker seiner Auffassung der archetypischen Grundlage des Lebens folgendes: «Glauben Sie wirklich, dass jedes Küken das Schlüpfen aus dem Ei neu erfindet? Glauben Sie, dass jeder Aal eine individuelle Entscheidung trifft, wenn er den Weg zu den Bermudas einschlägt, als sei das eine vollständig neue Idee?» (1) Die Fähigkeit, sich in artgemäßer Weise sinnvoll auf Eltern zu beziehen, gehört zur Grundausstattung jedes Lebewesens. Insofern verfügt es über Elternbilder, noch ehe es Eltern erlebt hat.

{495} Die Entwicklungs- und Beziehungstheorie der analytischen Psychologie berücksichtigt diese evolutionsgeschichtliche Gegebenheit. Die Beziehung zu den Eltern wird von wenigstens zwei Faktorengruppen bestimmt: einmal von den realen Persönlichkeiten der Eltern, zum anderen von angeborenen Reaktionsmustern und den damit verbundenen Phantasien und Bildern. So verfügt jedes Kind über Möglichkeiten, gute und böse Elternfiguren wieder zu erkennen und sich entsprechend zu schützen. Eine Mutter kann aufgrund ihres Verhaltens rasch als Hexe erlebt werden, die ihr Kind verschlingen will. Andere Kinder schützen sich durch die Phantasie, dass sie gar nicht das wirkliche Kind dieser Eltern sind, sondern ein Findling oder Zigeunerkind. Da der kindliche Organismus über dieses Bild-Warn-System verfügt, kann er sich gegen zerstörerische Einflüsse einigermaßen schützen. Die Belebung dieses Bildes beinhaltet zugleich die Belebungen eines vollständigen Abwehrsystems. Diese Reaktionen sind instinktiven Reaktionen zu vergleichen.

{496} Die Vorstellungen von Gott sind häufig mit Elternbildern verbunden, die Eltern werden ihrerseits mythologisiert. Die These, dass sich darin nichts anderes als die große biologische und psychosoziale Bedeutung der Eltern widerspiegelt, ist nur dann haltbar, wenn in dem religiösen Leben des Menschen kein eigenständiger psychischer Erlebnissbereich gesehen wird. Die analytische Psychologie vertritt die Meinung, dass religiöse Phänomene nicht als Projektionen verinnerlichter Elternfiguren verstanden werden können, obwohl die Gottesbilder davon stark mitgeprägt werden.

C. G. Jung zum Thema

{497} «Man kann sich natürlich von der Kindheit nicht befreien, ohne dass man sich ausgiebig mit ihr beschäftigt ... Mit einem bloß intellektuellen Wissen ist es dabei nicht getan, sondern wirksam ist nur eine Wiedererinnerung, die zugleich ein Wiedererleben ist. Vieles bleibt wegen des raschen Flusses der Jahre und des überwältigenden Einströmens der eben entdeckten Welt unerledigt zurück. Davon hat man sich nicht befreit, sondern bloß entfernt. Kehrt man also aus späteren Jahren wieder zur Kindheitserinnerung zurück, so findet man dort noch lebendige Stücke der eigenen Persönlichkeit, die sich umklammernd an einen anschließen und einen mit dem Gefühl der früheren Jahre wieder durchströmen. Jene Stücke sind aber noch im Kindheitszustand und deshalb stark und unmittelbar. Nur wenn sie mit dem Erwachsenenbewusstsein wieder verbunden werden, können sie ihren infantilen Aspekt verlieren und korrigiert werden. Dieses <persönliche Unbewusste> muss immer zuerst erledigt, d.h. bewusst gemacht werden, sonst kann der Eingang zum kollektiven Unbewussten nicht eröffnet werden. Die Reise mit Vater und Mutter ... entspricht dieser

Bewusstmachung infantiler, noch nicht integrierter Inhalte.» (2)

{498} «Die Neurosen junger Leute entstehen in der Regel aus einem Zusammenstoß zwischen den Mächten der Realität und einer ungenügenden, infantilen Einstellung, welche kausal durch eine abnorme Abhängigkeit von den realen oder imaginären Eltern, final durch unzulängliche Fiktionen, d.h. Zweckabsichten und Strebungen, charakterisiert ist ... Gelingt es uns, junge Leute von ihrer Vergangenheit zu lösen, so sehen wir, dass sie die Imagines ihrer Eltern aufpassende Ersatzfiguren übertragen: das Gefühl, das an der Mutter hing, geht nunmehr zur Frau und die Autorität des Vaters geht über auf verehrte Lehrer und Vorgesetzte oder auf Institutionen. Dies ist zwar keine fundamentale Lösung, aber ein praktischer Weg. ... Anders liegt aber das Problem für den Erwachsenen, der dieses Stück Weg, vielleicht mit mehr oder weniger Beschweris, zurückgelegt hat. Er hat sich von den vielleicht schon längst verstorbenen Eltern gelöst, hat in der Frau die Mutter, im Gatten den Vater gesucht und gefunden, hat Väter und Institutionen verehrt, ist selber Vater oder Mutter geworden und hat vielleicht all dies auch schon hinter sich und erkennen gelernt, dass das, was ihm anfänglich Forderung und Genugtuung bedeutete, zum lastenden Irrtum wurde. ... Hier gibt es keine Väter und Mütter mehr. ...» (3)

{499} «Wie aber die Archetypen als Mythen völkergeschichtliches Vorkommen haben, so finden sie sich auch in jedem Individuum und wirken immer dort am stärksten, d.h. anthropomorphisieren die Wirklichkeit am meisten, wo das Bewusstsein am engsten oder schwächsten ist und wo daher die Phantasie die Gegebenheiten der Außenwelt überwuchern kann. Diese Bedingung ist beim Kind in den ersten Lebensjahren zweifellos gegeben. Es ist mir darum wahrscheinlicher, dass jene archetypische Form des Götterpaares das Bild der wirklichen Eltern zunächst überkleidet und assimiliert, bis dann schließlich, mit wachsendem Bewusstsein, die wirkliche Gestalt der Eltern - nicht selten zur Enttäuschung des Kindes - wahrgenommen wird. Niemand weiß besser als der Psychotherapeut, dass die Mythologisierung der Eltern oft bis weit in das erwachsene Alter fortgesetzt und nur mit größtem Widerstand aufgegeben wird. ...»(4)

{500} «... Ich suche darum den Grund infantiler Neurosen in allererster Linie bei der Mutter, indem ich aus Erfahrung weiß, dass erstens ein Kind sich viel wahrscheinlicher normal entwickelt als neurotisch, und dass zweitens in weitaus den meisten Fällen definitive Störungsursachen bei den Eltern, insbesondere bei der Mutter, nachzuweisen sind. Die Inhalte der abnormen Phantasien sind nur zum Teil auf die persönliche Mutter zu beziehen, indem sie öfters klar und unmissverständlich Aussagen enthalten, die weit über das hinausgehen, was man einer wirklichen Mutter zuschreiben könnte.» (5)

{501} «Was soll man allzu Vieles, allzu Unrichtiges, allzu Ungenügendes, ja allzu Verlogenes sagen von jenem Menschen, der Mutter hieß, - man möchte sagen - zufälligerweise Trägerin jenes Erlebnisses war, das sie und mich und die ganze Menschheit, ja alle lebende Kreatur, die wird und vergeht, in sich schließt, das Erlebnis des Lebens, dessen Kinder wir sind? Man hat es zwar immer getan, und man wird es immer wieder tun, aber ein Wissender kann jedes ungeheure Gewicht an Bedeutung, an Verantwortung und Aufgabe, an Himmel und Hölle nicht mehr auf jenen schwachen und fehlbaren, der Liebe, der Nachsicht, des Verständnisses und der Verzeihung würdigen Menschen, der uns Mutter war, überwälzen. Er weiß, dass die Mutter Trägerin jenes uns eingeborenen Bildes der mater natura und der mater spiritualis ist, des Gesamtumfanges von Leben, dem wir als Kinder anvertraut und zugleich preisgegeben sind. Man darf auch nicht einen Augenblick zögern, die menschliche Mutter von dieser Schrecken erregenden Belastung zu erlösen, aus Rücksicht auf sie und auf sich selber. Denn eben gerade diese Bedeutungsschwere ist es, die uns an die Mutter verhaftet und diese an das Kind kettet, zum seelischen und physischen Verderben beider. Man löst keinen Mutterkomplex dadurch, dass man die Mutter einseitig auf menschliches Maß reduziert, gewissermaßen <berichtigt>. Dabei läuft man Gefahr, auch das Erlebnis <Mutter> in Atome aufzulösen und damit einen höchsten Wert zu zerstören und den goldenen Schlüssel wegzwerfen, den uns eine gütige Fee in die Wiege gelegt hat. Darum hat der Mensch instinktiv dem Elternpaar immer das präexistente Götterpaar zugesellt als «Godfather und <Godmother> des Neugeborenen, damit dieses nie sich dahin vergesse, aus Unbewusstheit oder kurzsichtigem Rationalismus die Eltern mit Göttlichkeit zu behaften.» (6)

{502} «... Jede Verlängerung der Vater- und Mutterwelt über die bekömmliche Zeit hinaus muss schwer bezahlt werden. Alle Versuche zur Übertragung der persönlichen Infantilwelt in die große Welt schlagen schließlich fehl, und selbst die Übertragung in der Neurosenbehandlung ist bestenfalls ein Zwischenstadium, in welchem Gelegenheit geboten ist, alle Eierschalen, die dem Individuum von der Kindheit her noch anhaften, abzustreifen und die Projektion der elterlichen Imago aus der äußeren Wirklichkeit zu entfernen. Diese Operation gehört zu den schwierigsten Aufgaben der modernen Psychotherapie. Man hat früher optimistischerweise angenommen, die Eltern-Imagines könnten durch die Analyse ihrer Inhalte gewissermaßen zersetzt und aufgelöst werden. Dem ist aber in Wirklichkeit nicht so: man kann die Eltern-Imagines zwar aus dem Projektionszustand herauslösen und aus der Außenwelt zurückziehen, aber sie bleiben, wie alle frühinfantilen Erwerbungen, in ursprünglicher Frische erhalten. Durch die Zurücknahme der Projektion fallen sie in die eigene Seele zurück, von wo sie ja zum größten Teil ihren Ursprung genommen haben ... Was geschieht, wenn <die Eltern-Imagines> aus der Projektion zurückgezogen werden? Die Ablösung der Eltern-Imagines von gewissen persönlichen Projektionsträgern ist zweifellos möglich und gehört sozusagen zum eisernen Bestand unserer therapeutischen Erfolge. ... Auch der Patient, nicht nur die Natur, hat einen horror vacui. Ihm graut es instinktiv davor, die Eltern-Imagines und seine Kindheitsseele ins Nichts einer hoffnungs- und zukunftslosen Vergangenheit fallen zu lassen. Sein Instinkt sagt ihm, dass, um seiner eigenen Ganzheit willen, diese Dinge in irgendeiner Form am Leben bleiben sollten. Er weiß, dass die totale Zurückziehung der Projektion von

einer anscheinend grenzenlosen Einsamkeit in dem wenig geliebten und deshalb umso aufdringlicheren Ich gefolgt ist. Man hat es darin schon vorher nicht ausgehalten. Es ist darum wenig wahrscheinlich, dass man es jetzt und erst noch aus purer Vernunft täte. ... Die Zurücknahme der Projektion kann und soll deshalb nur stufenweise erfolgen. ...» (7) {503} «Im Prinzip bin ich immer dafür, dass sich die Kinder so bald wie möglich von den Eltern trennen, wenn sie ein reifes Alter erreicht haben. Die Eltern müssen es wissen, dass sie Bäume sind, von denen die Früchte im Herbst abfallen. Die Kinder gehören den Eltern nicht, auch gehen sie nur scheinbar aus den Eltern hervor. In Wirklichkeit kommen sie aus einem Jahrhunderte alten Stamm oder besser, aus vielen Stämmen und sind für die Eltern oft so charakteristisch wie ein Apfel für einen Tannenbaum. Über die menschliche Verpflichtung hinaus, gegebenenfalls für alte Eltern zu sorgen und eine freundliche Beziehung mit ihnen zu wahren, soll es keine andern Abhängigkeiten geben; denn die junge Generation muss das Leben von vorne beginnen und kann sich nur für das Allernötigste mit der Vergangenheit belasten.» (8)

{504} «Die Psychologie weiß, wie viele religiöse Ideen mit den Eltern-Imagines zu tun haben. Dafür hat die Geschichte überwältigende Zeugnisse aufbewahrt, ganz abgesehen von den modernen ärztlichen Befunden, welche sogar den Gedanken nahe gelegt haben, die Beziehung zu den Eltern als die eigentliche Ursache für die Entstehung religiöser Ideen überhaupt anzusehen. ... Wir wissen aus der psychologischen Erfahrung positiv nur, dass mit den Eltern-Imagines theistische Vorstellungen assoziiert sind, und zwar (bei unserem Patientenmaterial) meist unbewusst. Wenn sich entsprechende Projektionen durch Einsicht nicht rückgängig machen lassen, so haben wir allen Anlass, an das Vorhandensein emotionaler Inhalte religiöser Natur zu denken, unbekümmert um den rationalistischen Widerstand des Patienten.» (9)

Elternschaft und Elternerfahrung

{505} Eine Elternschaft ist die unausweichliche Vorbedingung menschlicher Existenz. Im weiteren Sinne hat jedes Lebewesen «Eltern», denen aber nur bei den höher organisierten Tieren und insbesondere beim Menschen lebenserhaltende Bedeutung zukommt. Der Mutter- bzw. Elterninstinkt ist bei Vögeln und Säugetieren stark ausgeprägt und steuert zurzeit der Brutpflege das Verhalten der Tiere in ausschlaggebender Weise. Elternschaft ist die Voraussetzung für die Erhaltung des Lebens und der Arten. Schon aufgrund solcher Überlegungen ist anzunehmen, dass Eltern und Nachkommen in artgemäßer, nicht mit jedem neuen Leben neu erworbener Weise aufeinander bezogen sind. Ein Jungtier «erkennt» seine Mutter und verhält sich entsprechend, noch ehe es seine Mutter gesehen hat. Instinkte regeln das Verhalten. Wie das Muttertier «Mutterinstinkte» hat, so verfügt das Jungtier über «Mutterbilder», die sein Suchen nach der Nahrungsquelle steuern und zum Erfolg führen. Fehlende Eltern bedeuten meist den sicheren Tod. Das «weiß» das junge Lebewesen von vornherein. Entsprechend intensiv ist die Abhängigkeit von den Eltern. Auch der Mensch scheint über kollektive Elternbilder zu verfügen, die sich von Kultur zu Kultur wenig unterscheiden. Menschen- und Göttermütter werden sehr ähnlich dargestellt. Diesen Ur-Typus des Mütterlichen verbindet das Kind mit seiner Mutter und macht sie damit zu einer Repräsentantin des allgemein Mütterlichen in seinem Leben. Jede Mutter trägt diese allgemeinen Züge trotz größter persönlicher Unterschiede. Die persönlichen Eltern sind die ersten Träger der archetypischen Elternbilder. Nach diesen Vorbemerkungen zunächst zu den Einwirkungen der realen Eltern, wie wir sie täglich beobachten können.

{506} Schon vor Beginn des Lebens gestalten die Eltern das Schicksal ihres Kindes mit. Es ist etwas grundsätzlich anderes, als gewünschtes Kind gezeugt und geboren zu werden oder unerwünscht zu sein, das Leben leben zu müssen. Wahrscheinlich konstellieren sich bei einem ungewollten und doch lebenden Wesen ganz andere Ausgangspositionen, etwa der Zurückhaltung, des mangelnden Urvertrauens und der Angstbereitschaft, als bei einem mit Freude erwarteten Kind. Diese Faktoren sind wirksam, ehe wir von den Anfängen eines Ich sprechen können. Die entsprechenden Verhaltensbereitschaften hat das Kind nicht individuell erworben. Sie werden als fertige Reaktionsmuster durch das Wiedererkennen des bösen Mutterbildes bei der realen Mutter ausgelöst. Wie dann der einzelne Mensch das paradoxe Problem löst, leben zu müssen, ohne eigentlich leben zu sollen oder zu dürfen, ist nie vorhersehbar. Es erfüllt den späteren Betrachter immer wieder mit Erstaunen, dass die Natur solche in sich widersprüchlichen Situationen dennoch im Sinne eines Weiterlebens lösen kann.

{507} Von Seiten der Transaktionsanalyse wurde die Wirkung elterlicher Grundbotschaften besonders untersucht. Eine solche Botschaft lautet: «Sei nicht.» Auch ohne Worte wird an das junge Leben die Aufforderung gerichtet, wieder zu verschwinden. Äußere Zeichen dafür sind Abtreibungsversuche, tiefe Depressionen der werdenden Mutter, Ausbruchsversuche des Vaters, hasserfüllte Reaktionen von seiten der Eltern eines jungen Paares. Zu der massiven Wirkung dieser Botschaft kommt die aus der absoluten Abhängigkeit des Kindes bedingte Anpassungs- und Gehorsamsbereitschaft. Der Gehorsam ist nicht nur als eine sozial negative Haltung zu interpretieren, auch wenn die Erfahrungen mit Militarismus, politischem Absolutismus, wie wir sie in der jüngsten Geschichte machen mussten, das nahe legen. Die Möglichkeit des Gehorsams ist ebenso biologisch gewachsen wie die Fähigkeit zum Widerstand. Gerade angesichts solcher Todesdrohungen erkennt man, dass das Leben nur über Gehorsam und Unterwerfung überhaupt erhalten werden kann. Früher Widerstand des Kindes führt in solchen Fällen unweigerlich zur Vernichtung, entweder der realen Existenz oder des psychischen Lebens. Die gleiche Wirkung kann allerdings Gehorsam auch haben. Denn gehorchen wir einer solchen Botschaft und bringen uns um, so ist das Leben auch ausgelöscht. Das muss jedoch nicht so drastisch wie bei einem Selbstmord geschehen, man kann sich auch «zu Tode arbeiten», «zu Tode ärgern», eigene Lebensbedürfnisse «totschweigen» oder in Anlehnung an einen Überlebensmechanismus im Tierreich,

sich des «Totstellreflexes» bedienen. Solche Kinder und spätere Erwachsene zeigen einfach keine Reaktionen mehr, haben, «todesverachtend», keine sie schützenden Ängste mehr und entwickeln einen, im Kriege hochdekorierten, «Todes-Mut». Die Gesellschaften halten wohlklingende Gebote und Parolen bereit, die einen Menschen motivieren sollen, für sein Vaterland zu sterben. Das sind nur einige Möglichkeiten, die sich dem bieten, der elterlichen Botschaften gehorchen will, auch noch als Erwachsener.

{508} Was bei der Bearbeitung dieser schweren Verhaltens- und Erlebnisstörungen als verursachender Faktor auffällt, ist, wie zäh die Geschädigten an diesen Fiktionen festhalten. Zunächst bedarf es geduldiger und zeitraubender Arbeit, die Existenz und Wirkung solcher Botschaften überhaupt nahe zu bringen. Intellektuelle Einsichten allein helfen wenig, sie sind nur als vorbereitender Rahmen zu bewerten. Es handelt sich um tief verankerte, unbewusste Zielorientierungen. Ausschlaggebend für die bemerkenswerte Konstanz dieser todeswilligen Haltung ist wohl die buchstäblich todernste Suche nach Bestätigung und Liebe. Ohne ein Minimum an Zuwendung und sorgender Pflege können höher organisierte Lebewesen nun einmal nicht gedeihen. Sie suchen danach wie nach Wasser und Luft. Sie «verdursten» und «ersticken», wenn die Familienatmosphäre solches nicht anzubieten vermag. So entsteht eine widersprüchliche Motivationslage: Um die Liebe zu finden, die der Mensch zum Leben braucht, muss er bereit sein, zu sterben. Diese Paradoxie überfordert jedes Kind. Sie blockiert die Eigenentwicklung völlig und zwingt zu einer totalen «Identifikation mit dem Angreifer», wie die Psychoanalyse diesen Überlebens-, Schutz- und Abwehrmechanismus genannt hat. Die mit der Sterbensbereitschaft gewonnene Garantie des Weiterleben-Dürfens wird scheinbar wieder aufgehoben, wenn im Verlauf einer Behandlung die Identifikationen zugunsten einer eigenständigen Entwicklung verlassen werden sollen. Der Patient spürt die Notwendigkeit, das alte Schutzsystem, das sein Überleben garantierte, aufzuheben. Der Therapeut, als Repräsentant dieser Forderung, erscheint dann zunächst als gefährlicher Feind. Schon der Beginn einer Therapie relativiert den Schutzmechanismus und deutet an, dass andere Lebensmöglichkeiten existieren. Das Festhalten an den ursprünglichen schutzgebenden Haltungen und damit an den Elterninstanzen erscheint nur natürlich. Für die Behandlung ist deshalb eine vertrauensvolle Beziehung oder «positive Grundübertragung» unbedingte Voraussetzung. Hat aber nie eine positive Elternbeziehung bestanden, wie soll dann eine solche «Übertragung» Zustandekommen, um das Vertrauen zu ermöglichen? Verfügte der Mensch nur über die verinnerlichten Bilder der realen Eltern, so wüsste er nichts von positiven Beziehungsmöglichkeiten. Aber gerade in solchen Fällen lässt sich immer wieder beobachten, wie gute Eltern phantasiert und geträumt werden. Die Psyche greift hier auf ihre ursprünglichen Möglichkeiten zurück, auf das Erfahrungsgut, das nicht individuell erworben wurde. Darin ist aber das Bild einer guten Mutter und eines gütigen Vaters als Möglichkeit enthalten. Die Heilung solcher frühen und schweren Störungen ist theoretisch wie praktisch nur denkbar, wenn man solche archetypischen Lebensmöglichkeiten in die Betrachtung miteinbezieht und sie im therapeutischen Prozess zu erkennen vermag. Da die positiven Möglichkeiten dem Ich noch völlig fremd sind und auch nie gelebt und erfahren wurden, erscheinen sie in einer unentwickelten und archaischen Form, zum Beispiel als ganz große und noch nicht definierbare Sehnsucht. Diese Wünsche deshalb als infantile Anspruchshaltungen abzuwerten, hieße das Leben dort wieder auszulöschen, wo es gerade Fuß zu fassen beginnt. Das aber wäre eine fatale Umkehrung des therapeutischen Anliegens und Auftrags. Weitere elterlichen Botschaften, die dem Kind von Anbeginn an vermittelt werden, können lauten: «Streng dich an», «Beeil dich», «Mach mir's recht». Die Folgen sind ähnlich schwer wiegend, wenn auch nicht so grundlegend bedrohlich wie die Todesbotschaft. So banal diese, auch «Antreiber» genannten Botschaften klingen mögen, sie prägen viele Jahre des Lebens und führen oft zu einem spezifischen Tod. Später erklingen sie nicht mehr von außen, sondern jagen uns von innen, aus dem Gewissen. Viele Leute leiden unter einem schlechten Gewissen, wenn sie einmal ohne größere eigene Anstrengung etwas Schönes erhalten. Nur das, worum man mit großem Einsatz und Opfer gekämpft hat, ist etwas wert. «Jedes Stück ist hart erarbeitet», «Ich lasse mir nichts schenken», so oder ähnlich lauten dann die aus den Botschaften abgeleiteten Lebensprinzipien. Erst wenn man die in den Botschaften sich zeigende Art des elterlichen Einflusses kennt, vermag man sie in ihren vielfältigen Variationen wieder zu erkennen. Solche Botschaften können bewirken, dass ein Mann nie seine Freizeit in Ruhe genießen kann und sich nie mit dem Erreichten zufrieden gibt. Für seine Kinder strebt er immer höhere Leistungen an, der Lebensstandard kann nicht hoch genug sein. Manche beklagte Rastlosigkeit und bis ins Vegetative hineinreichende Unruhe hat in solchen Botschaften ihre Ursache. Warum können sich viele Menschen keine Ruhe gönnen? Ein Kollege berichtete mir, dass ihn immer dann ein eigenartiges Gefühl des Unbehagens beschleicht, wenn sein Schreibtisch einmal leer ist, obwohl er gleichzeitig nichts sehnlicher wünscht, als allen anliegenden Verpflichtungen nachgekommen zu sein, statt immer einen Berg unerledigter Angelegenheiten vor sich her schieben zu müssen. Beim näheren Gespräch fiel ihm die ständig wiederholte Frage seiner Mutter ein: «Hast du denn gar nichts mehr zu tun?». Hier zeigt sich ein anderer Schutzmechanismus, den Kinder elterlichen Botschaften gegenüber glücklicherweise entwickeln können: Um zunächst die realen, später die verinnerlichten Eltern zu besänftigen und ihnen glaubhaft zu vermitteln, dass man noch sehr viel zu tun hat, sollen immer einige Aktendeckel oder einige Schulbücher offen auf dem Tisch liegen bleiben. Dann gerät man nie in den Verdacht, sich einen faulen Tag zu machen, statt seine Zeit nutzbringend zu verwenden. Der Nachteil dieser notwendigen Kompromisse ist ebenso sichtbar: Ich muss in der Fiktion des «Niemals-fertig-Seins» bleiben, um meiner strengen inneren Stimme nicht gehorchen und neue Aufgaben auf mich laden zu müssen. Man könnte ein ganzes Buch schreiben über die Formen der konkreten Beeinflussung unseres Lebens durch die Eltern. Aber auch diese haben keine Wahl: sie müssen beeinflussen und manipulieren, das ist im Wesen der Eltern-Kind-Beziehung einfach enthalten. Nur sollte dies mit Nachdenklichkeit und Bezogenheit auf den Heranwachsenden geschehen. Denn bekanntlich setzen sich die Sünden der Eltern bis ins dritte und vierte Glied der nächsten Generation fort, aber ihr Segen

baut den Kindern Häuser. Beides sind Bibelsprüche, die eine Jahrtausende alte Erfahrung verdichtet wiedergeben. {509} Am Beispiel der «Sei-nicht-Botschaft» konnte nur eine Form elterlicher Einflussnahme skizzenhaft dargestellt werden. Das Schema dürfte jedoch deutlich geworden sein: Der vorgegebenen Bereitschaft beider, der Eltern und der Kinder, prägen sich die gelebten Beziehungsformen auf, sie lassen vielfache Reaktionen und Gegenreaktionen entstehen, die sich im Laufe der Zeit zu Charakter, Beziehungsfähigkeit, Einstellungstypus usw. verfestigen und eine Persönlichkeit entstehen lassen mit all ihren Möglichkeiten, Gehemmtheiten und dem ihr dann eigenen, teilweise auch vorhersehbaren Schicksal.

Warten, Ernähren und Vertrauen

{510} Bei der Suche nach einem die Eltern-Kind-Beziehung darstellenden Bild stieß ich im alten chinesischen Weisheitsbuch I GING auf «Das Warten», das auch mit Ernährung zu tun hat. «Wenn die Dinge noch klein sind, darf man sie nicht ohne Ernährung lassen», heißt es dort. Und aufseiten dessen, dem das Warten auferlegt wurde, ist «ein großes Wasser zu durchqueren». (10) C. G. Jung hat die Bedeutung dieses vielleicht ältesten geistigen Dokuments der Menschheit wieder entdeckt und an vielen Stellen seines Werkes darauf Bezug genommen. Seine Freundschaft mit Richard WILHELM, der das Buch übersetzte und kommentierte, vertiefte die Einsichten, die dem Abendländer nicht ohne weiteres selbstverständlich sind. (11)

{511} Fragt man sich nach dem Studium vieler Biographien und Entwicklungsstörungen, was wohl die Hauptursachen der tragischen, das Leben so sehr beeinträchtigenden Verläufe sind, so könnte man es kaum besser als mit den Begriffen «Warten» und «Ernährung» oder deren Störformen angeben. Gerade beim ersten Kind erleben wir es immer wieder, wie ungeduldig Eltern sind, wenn das Kind immer noch nicht ..., was auch hier einzusetzen sein mag. Sie versuchen, schon so früh und vor allem so schnell wie möglich, ihm Sauberkeit, Sprechen, Rechnen und Schreiben beizubringen und berichten voller Stolz darüber, was ihr Zögling alles «schon kann». Wir wissen heute, welche Tortur vorausgegangen ist, wenn ein Kind schon mit einem Jahr oder gar früher «sauber» ist. Die entsprechenden physiologischen Voraussetzungen sind zu dieser Zeit noch gar nicht ausgereift. Das Kind wird hier mit Reizen und Erziehungsstimuli gefüttert, die seiner Entwicklung schädlich sind. Wichtiger als die Bedürfnisse des Kindes sind die Ziele der Eltern, das Töpfchen-Training möglichst rasch abgeschlossen zu haben. Eltern hören es auch gern, wenn ihr Kind «schon viel weiter» oder reifer ist als seine Altersgenossen. Es fällt ihnen schwer zu warten, bis die Natur ihr eigenes Werk vollbringt. Heute scheint die Tendenz, trotz besseren Wissens, dahin zu gehen, alle Entwicklungsmöglichkeiten so früh und so vollständig wie möglich zu stimulieren, Methoden zu entwickeln, die schnelles Lesen und Schreiben und anderes ermöglichen und eine noch raschere Auffassung fördern. Tempo und Eile hat auch im Erziehungsbereich Einzug gehalten und wird wohl bleiben, auch wenn wir unsere Kinder damit in ihrer Entwicklung tiefgreifend beeinträchtigen. Wir beklagen den Schulstress. Die Kinder sollen immer mehr in immer kürzerer Zeit lernen und verarbeiten. Dabei ist bekannt, dass Lernen keinesfalls nur intellektuell, sondern vor allem auch emotional geschieht, doch dazu hat der Lehrer keine Zeit mehr. Der Stoffplan erdrückt nicht nur die Kinder, auch ihn. Er wird zu einem sich selbst schützenden Funktionär der Wissensvermittlung. Wissen und Tun klaffen weit auseinander und dies bei einer gesellschaftlich so wichtigen Angelegenheit wie dem Wachstum und der Ausbildung unserer Kinder.

{512} Dass Warten zu den schwierigsten Verhaltensweisen gehört, ist bekannt. Wer kann und will schon warten? Dabei sagt das alte Buch große Gefahren voraus, wenn Ungeduld statt des Wartens die Lebensszene beherrscht. Ungeduld ist mit Ängstlichkeit und mangelndem Vertrauen auf die eigenen Kräfte bzw. die Kräfte der Natur verbunden. Der Vergleich mit den Wolken am Himmel und dem Regen, den sie verheißen, wird im I-GING herangezogen. «Das Bild zeigt die Wolken am Himmel, die Regen spenden, der alles Gewachsene erfreut und den Menschen mit Speise und Trank versieht. ... Das Warten ist kein leeres Hoffen. Es hat die innere Gewissheit, sein Ziel zu erreichen. Nur diese innere Gewissheit gibt das Licht, das allein zum Gelingen führt. Das führt zur Beharrlichkeit, die Heil bringt und die Kraft verleiht, das große Wasser zu durchqueren.» (10)

{513} Warten-Können aufseiten der Eltern ist wie segensreicher Regen für das Land zur rechten Zeit. Damit ist die Verbindung zur Ernährung hergestellt. Kinder wissen und signalisieren, was sie brauchen. Unsere Ungeduld und unsere eiligen Forderungen, unsere Projektionen und aus den eigenen Komplexen erwachsenen Erwartungen sind es meistens, die uns diese Signale übersehen lassen. Dann sind wir aber außerstande, junges Leben recht zu ernähren. Nahrung bezieht sich nicht auf das Brot allein. Das Kind lebt mindestens so sehr von der liebenden Zuwendung und der zärtlichen Nähe wie von der rechten Ernährung. Die Untersuchungen von SPITZ haben dies mit aller Eindringlichkeit erwiesen. (12) Solche Form der Ernährung setzt voraus, dass wir auf die entsprechenden Lebenszeichen des Kindes warten können. Oft haben wir das Bedürfnis, dem Kind schon Spielsachen zu kaufen, mit denen es noch gar nichts anfangen kann, ihm Zärtlichkeit zu geben, wenn es diese gerade nicht braucht, es abzuküssen, obwohl es das nicht wünscht und den Kopf abwendet. Wir Erwachsenen sind beleidigt, wenn wir bemerken, dass das Kind das Spielzeug oder die Zärtlichkeit nicht will. Wir vermitteln damit jene ungesunden Schuldgefühle, die einen Menschen zeitlebens begleiten können. Grundlegend dafür ist das sich wiederholende Erlebnis, dass die Reaktionen des Kindes bei den Eltern negative Gefühle hervorrufen, also problematisch und sogar gefährlich sind. Die Mutter wendet sich grollend ab, sie ist jetzt selbst ein trotziges Kind. Hier geschieht, was den Organismus schädigt: Natürliche Schutzreaktionen, wie das Abwenden bei zu viel oder unpassender Zärtlichkeit, sind für das junge Ich problematisch. Die Spaltung der Person beginnt, das Ich muss lernen, das zu verdrängen, was es eigentlich zum Leben braucht. Statt natürlicher Schutz- und

Abwehrmaßnahmen, die ihm mitgegeben sind, muss es sich von sich selbst entfremden und das für gut befinden, was ihm weder entspricht noch gut tut. So erlernen wir die Ablehnung der eigenen Person, ihre Abwertung und endlich das Gefühl der eigenen Wertlosigkeit. Es fängt scheinbar ganz harmlos an: Man nimmt das Kind aus dem Wagen, obwohl es noch schläft, herzt es und küsst es, fragt sich aber nicht, ob das die rechte Annäherung ist. Wie soll sich das Kind verhalten, zumal seine Reaktionen noch völlig unbewusst sind und es, wie mehrfach erwähnt, völlig abhängig ist?

{514} Die psychologische Familienforschung hat gezeigt, dass viele Eltern in der Beziehung zu ihren Kindern eigene Bedürfnisse mehr befriedigen als die der Kinder. Das Zärtlichkeitsbedürfnis vieler in diesem Lebensbereich frustrierter Eltern ist der Maßstab, ihm hat das Kind, möglichst noch fröhlich lachend, zu entsprechen. Sonst heißt es: «Warum machst du schon wieder so ein böses Gesicht?». So ernähren Eltern nicht ihr Kind, sondern ihr eigenes, nach Zärtlichkeit hungerndes inneres Kind. Wir tragen selbst erhebliche gefühlsmäßige Mangelenerlebnisse mit uns, Reste unserer Vergangenheit, die keineswegs tot sind, sondern die Gegenwart bestimmen, insbesondere die Beziehung zu unseren Kindern. Wir holen nach, was wir selbst vermisst haben, und sind nicht in der Lage, die Signale unserer Kinder aufzunehmen.

{515} Damit schließt sich der Kreis: Warten und Ernähren setzen Vertrauen voraus, von Seiten der Eltern Vertrauen in die Entwicklungskraft und die Selbststeuerung des kindlichen Organismus. Was über Jahrtausende gewachsen ist und sich erhalten hat, kann nicht schlecht sein. Ein solches Vertrauen ist biologisch gut begründet. C. G. JUNG vertrat den Standpunkt, dass Kinder den Eltern nicht gehören, sondern ihnen nur für kurze Zeit anvertraut sind. Sie entspringen einem uralten Stamm, wie die Eltern auch, und haben Teil an dessen Säften und Lebensmöglichkeiten.

Vor-Bilder und Ur-Bilder oder: Der Eltern-Mythos

{516} C. G. JUNG entwickelte das Konzept der Mythologisierung der Eltern. Dieser Vorgang reicht seiner Ansicht nach bis weit in das Erwachsenenalter hinein. Nur mit größtem Widerstand werde diese Neigung aufgegeben, so fasst er seine Erfahrungen zusammen. «Die primitive Geistesverfassung erfindet keine Mythen, sondern sie erlebt sie. Die Mythen sind ursprünglich Offenbarungen der vorbewussten Seele, unwillkürliche Aussagen über unbewusstes seelisches Geschehen, und nichts weniger als Allegorien physischer Vorgänge. Solche Allegorien wären ein müßiges Spiel eines unwissenschaftlichen Intellekts. Mythen hingegen haben eine vitale Bedeutung. Sie stellen nicht nur dar, sondern sie sind auch das seelische Leben des primitiven Stammes, der sofort zerfällt und untergeht, wenn er sein mythisches Ahnengut verliert, wie ein Mensch, der seine Seele verloren hat. Die Mythologie eines Stammes ist seine lebendige Religion, deren Verlust immer und überall, auch beim zivilisierten Menschen, eine moralische Katastrophe ist. ... Die moderne Psychologie behandelt die Produkte unbewusster Phantasietätigkeiten als Selbstdarstellungen von Vorgängen im Unbewussten oder als Aussagen der unbewussten Psyche über sich selbst.» (13)

{517} Diese Äußerung C. G. JUNG's kann man direkt auf die Entwicklung des Kindes übertragen. Das Kind erfindet keine vergötterten Eltern. Es erlebt sie von allem Anfang an als die großen Herrschenden, denen göttliche Qualitäten zukommen. Diese Elternbilder sind aber entsprechende Offenbarungen der unbewussten Seele des Kindes. An ihrer Ausgestaltung können wir erkennen, welche archetypischen Funktionen in der Kindheit wirksam sind. Das ergibt gleichzeitig Hinweise darauf, in welcher Reihenfolge sich die archetypischen Hintergründe der Persönlichkeitsentwicklung konstellieren.

{518} Was heißt «Mythologisierung der Eltern»? Viele Menschen idealisieren ihre Eltern, manchmal auch nur Vater oder Mutter. Die eigenen Fähigkeiten werden an den Elterngestalten gemessen. Die idealisierten Eltern werden verinnerlicht und wirken als Idealvorstellungen mit zunehmendem Alter aus dem eigenen psychischen Inneren. An diesen kindlichen und unkorrigierten Vorstellungen halten wir zeitlebens fest, woran auch die zunehmende Einsicht in die Menschlichkeit unserer Eltern nichts ändert. Wir «vergöttern» unsere Eltern, setzen sie auf einen Thron, der Herrschern und Königen zukommt, oder bauen ihnen ein Denkmal wie großen geschichtlichen Persönlichkeiten. Die Eltern verkörpern Erlebnisdimensionen, die mit ihrer realen Existenz als berufstätiger Mann, als Kegelbruder, Hausfrau oder Wirtschaftsleiterin nicht direkt vereinbar sind. Die analytische Psychologie vertritt, als Erklärungsmodell, die Auffassung, dass die dem Ich übergeordneten seelischen Instanzen und Steuersysteme zunächst auf die Eltern oder das Elternpaar projiziert und damit als äußere Einflussgrößen erlebt werden. Theoretisch müssen wir voraussetzen, dass es innere Instanzen gibt, die die «Weisheit der Natur» verkörpern und das heute noch längst nicht überschaute Wechselspiel der organismischen Kräfte steuern. Verglichen mit dem Ich sind diese Instanzen wissend bis allwissend.

{519} Am Götterhimmel vermögen wir die kollektive Struktur unserer Psyche zu erkennen, an seiner Ausgestaltung und seinen Gesetzen die entsprechenden Vorgänge der Seele. Mythen wurden nicht erfunden, um Regen und Gewitter zu erklären, auch wenn wir die Blitze dem zornigen Zeus zuordnen. Anregungen werden von der Außenwelt ausgegangen sein, aber die vergleichsweise reiche und differenzierte Ausgestaltung des Götterhimmels und der Götterhierarchien wäre für die Erklärung solcher Naturphänomene nicht nötig gewesen. Bilder sind das Werk der Psyche, Welt-Bilder sind nach außen verlagerte Erlebnisdimensionen des Menschen. C. G. Jung hat sie die archetypische Struktur der Psyche genannt, überall wiederkehrende grundsätzliche Möglichkeiten menschlichen Erlebens. Sie sind vor dem Ich da, das Ich erlebt die Welt und die Eltern im Bild-Rahmen dieser archetypischen Gegebenheiten. So wird die erlebte Mutter - welchen Namen sie auch immer trägt - mit all ihrer Gebrechlichkeit zur vollkommenen großen göttlichen Mutter mit unerschöpflichen Möglichkeiten und vollen, spendenden Brüsten. Kinder können sich überhaupt nicht vorstellen, dass ihren Eltern je die Kraft und das Geld ausgeht. Die jedem Individuum eingeborene Fähigkeit, sich körperlich und psychisch zu ernähren, sich fortzupflanzen und ein schöpferisches Leben zu

leben, seinem Ich Ordnung und Gesetz zu geben, diesen treu zu sein, projiziert das Kind zunächst völlig auf die Eltern. Das Bewusstsein des Kindes ist noch viel zu schwach, sein Ich erst insular und noch kein kontinuierlicher Funktionskomplex. Dem Kind sind anfangs keinerlei Möglichkeiten zu einer eigenverantwortlichen und bewussten Selbststeuerung gegeben. Und wie schwer eine solche zu erreichen ist, sehen wir an Erwachsenen, die sich zeitlebens ängstlich anklammern und ohne einen anderen Menschen an ihrer Seite nicht leben zu können. Der Tod der Eltern ist für viele Erwachsene eine psychische Katastrophe. Sie fühlen sich plötzlich hinausgeworfen ins Dasein, sie fühlen sich grund- und steuerlos. Ihr Persönlichkeitszentrum ist in die Familie, ist auf Vater und Mutter projiziert. Für das Kind ist das zunächst ein ganz natürlicher Zustand. Es ist zu seinem Überleben auf andere, eben auf archetypische Steuerungsvorgänge angewiesen, die es an den Eltern erlebt. Die Eltern erscheinen ihm wie die großen Magier, die alle Fäden seines Lebens in der Hand halten, die alles wissen und vollkommen sind. Deshalb kann man durchaus sagen, dass in jeder Familie die Götter wieder geboren werden. Aber auch ihr Wandel sollte dazu gehören. Der Tod der äußeren Götter bedeutet die Geburt der inneren Götter. Allmacht der Eltern ist das ganz Selbstverständliche für das Kind. Am ehesten kann man solche kindlichen Einstellungen mit der Überzeugung vergleichen, dass die Sonne am Abend unter- und am Morgen aufgehen wird. Wir wissen natürlich, dass dies nicht stimmt, erleben es jedoch immer wieder mit größter Selbstverständlichkeit. Auch der aufgeklärte, wissenschaftlich geschulte, moderne Mensch erlebt die Natur nach Maßgabe seiner inneren Bilder. So ist es ja auch erkenntnistheoretisch bis heute eine offene Frage geblieben, ob wir die Welt je zu erkennen vermögen. Wahrscheinlicher ist die Hypothese, dass wir in der Welt bzw. in unseren Vorstellungen über die Welt auch unseren wissenschaftlichen Hypothesen, uns selbst begegnen. Die Struktur der Psyche, die archetypischen Vorgegebenheiten unserer Erlebnismöglichkeiten bestimmen den Inhalt unserer Erkenntnis. Das gilt für den Erwachsenen, das gilt insbesondere für das Kind. Auch hier sollten wir die Blickrichtung umkehren: Alle individuellen Elternbilder spiegeln, zusammen gesehen, den Eltern-Archetypus wider, den wir in uns tragen. Was wir über Väter und Mütter auszusagen vermögen, offenbart Prozesse der Psyche und weniger die Wirkungen der realen, begrenzten Eltern. Dass ihnen eine so große Rolle in unserem Leben zukommt, wird durch diese vorgegebenen archetypischen Strukturen ermöglicht. Offensichtlich sind diese Vorgänge aber im Sinne des Überlebens im Laufe der Evolutionsgeschichte so ausgeformt worden.

{520} Mit seiner Auffassung steht JUNG nicht im Gegensatz zur Psychoanalyse, aber er bietet eine ergänzende Sicht- und Erklärungsweise an: Der überragenden Rolle der Eltern als reale Beschützer und Ernährer, als Erhalter des kindlichen Lebens, steht die vom Kind ausgehende Mythologisierung als weitere Möglichkeit, ihre besondere Stellung und Wirkung zu erklären, gegenüber. Diese zwei Wirkungsrichtungen ergänzen und verstärken sich gegenseitig: diejenige von außen nach innen und die vom Unbewussten des Kindes ausgehende Wirkung nach außen. Die Verbindung zwischen Eltern und Kind wird von den Eltern geformt und geprägt, und gleichzeitig findet das Kind in seinen Eltern erste reale Repräsentanten der sein Verhalten steuernden seelischen Determinanten, der Archetypen. Solange die Eltern Träger dieser Bilder und Funktionen sind, werden sie eine übermächtige Rolle spielen. Vom so genannten Mutterkomplex nimmt JUNG z.B. an, dass er zumindest durch zwei Faktoren bedingt ist: «Einmal durch die an sich normale und überall vorhandene Assimilation der Mutter an den präexistenten weiblichen Teil des Archetypus eines Mann-Weiblichen-Gegensatzpaares und sodann durch eine abnorme Hinauszögerung der Abtrennung des Urbildes von der Mutter.» (14) Charakteristischerweise fährt JUNG fort, dass die Menschen den Verlust des Archetypus eigentlich nicht ertragen. Wenn Vater und Mutter nicht mehr in die Umgebung oder in die Welt projiziert werden können, fühlt man sich nicht mehr «in der Welt Zuhause». In den alten Mythologien wurde die Erde als die große Mutter gesehen, der Vater war der Himmel. Wir sprechen auch heute noch von Muttersprache und Vaterland, selbst die Universität ist eine Alma Mater. Das Bedürfnis, «sich zuhause zu fühlen», ist ein mit Vater- und Mutterbildern verbundenes Urbedürfnis. Hier zeigt sich die Problematik der Rücknahme dieser Projektionen. Infolge psychotherapeutischer Veröffentlichungen entsteht leicht der Eindruck, als müssten diese Projektionen aufgelöst werden. Da es sich nach Auffassung der analytischen Psychologie hier aber nicht um auflösbare Bilder handelt - spiegeln sie doch die bleibende archetypische Struktur der Psyche -, so müssen wir uns über ihr weiteres Schicksal Gedanken machen. Die im eben angeführten Zitat genannten Vorgänge sind beides aktive, vom Kind ausgehende Prozesse, denen für ein Verständnis normalen und gestörten Verhaltens große Bedeutung zukommt. Es handelt sich also um die Überkleidung der Eltern mit archetypischen Projektionen, die Assimilation an den entsprechenden Archetypus - das ist ihre Mythologisierung - und die dann wieder notwendig werdende Ablösung des archetypischen Bildes von ihnen. Das könnte man die Entmythologisierung der Eltern nennen. Hier zeigt sich nun wieder ein ganz spezifisches Moment der analytischen Psychologie C. G. Jung's: Ablösung von den Eltern heißt nicht nur, sich weiter zu entwickeln, autonom und risikofreudiger, erwachsener und vieles andere mehr zu werden, sondern vor allem, die auf sie projizierten, mit ihnen assoziierten Urbilder in die eigene Seele zurückzunehmen. Erwarte ich als Kind, zu Recht, von der Mutter die nährende, vom Vater die wegweisende und ordnende Funktion - jetzt im konventionellen Rollenschema der Eltern gedacht -, so bin ich als Erwachsener mein eigener Ernährer - nicht nur im materiellen und beruflichen, sondern auch im psychologischen Sinn -, sowie mein eigenes Gesetz, das im Wort «autonom» ausgedrückt ist. Die den Eltern aus biologischen und sozialen Gründen zugeteilten allgemeinemenschlichen und lebenserhaltenden Funktionen werden dann als eigene und innere Grundlage des Lebens erlebbar und zugänglich. Das heißt aber, dass die analytische Psychologie ein konkretes Angebot von ihrer theoretischen Position her mit der Forderung an den Patienten, sich von seinen Eltern, seiner Mutter und seinem Vater zu lösen, verbinden kann. Vater und Mutter sind vorübergehende Träger archetypischer Funktionen, die in jedem Menschen verankert bleiben, aber im Laufe des Lebens

gewissermaßen zu ihm zurückkehren müssen und auch können. Sozial und gesellschaftlich war und bleibt meine Mutter zwar meine Mutter, vom Standpunkt der vorgegebenen archetypischen Struktur her mache ich diese Frau, die mich geboren oder adoptiert hat, zu meiner Mutter, indem ich sie an die entsprechende archetypische Struktur assimiliere. Diese Funktion kann ich wieder aufheben, auch wenn ich zeitlebens ein von diesem Menschen Geprägter bleibe. Wir finden hier eine psychologische Basis dessen, was wir Freiheit und Unabhängigkeit des Menschen nennen. In der Rücknahme der archetypischen Projektion wird der Mensch wieder autonom und sein eigener Ernährer. Eine solche Auffassung erleichtert es auch den Eltern, die Elternrolle wieder abzugeben und dem Kind das wieder zurückzugeben, was es gemäß den Gesetzen seiner Entwicklung ihnen übertragen hatte. Man könnte es eine zeitlich begrenzte Verwaltung einer archetypischen Funktion nennen. Die Grade der Abhängigkeit sowie der Unabhängigkeit von den Eltern und dem Leben überhaupt sind mit dem Grad der Rücknahme dieser Funktionen parallelisiert.

Eigene Füße - Eigener Herr - Eigengesetzlichkeit

{521} Wir hatten schon mehrfach festgestellt, wie prägnant die Umgangssprache mit ihren Bildern seelische Gegebenheiten widerspiegelt. Wenn wir von einem Manne sagen, dass er schon längst auf eigenen Beinen oder eigenen Füßen stehen sollte, so weiß jedermann, was wir damit meinen. Entweder lässt er sich noch von den Eltern erhalten und ernähren, statt sein eigenes Geld zu verdienen, oder er hat diese Funktion inzwischen seiner Frau übergeben, weil sie eher in der Lage war, ihr Leben, und damit auch das seine, in eigene Hände zu nehmen. Unbewusst vermag er sein Leben so zu arrangieren, dass sich an diesen Verhältnissen nichts ändert, mag er auch bewusst darunter leiden und darüber klagen. Viele junge Leute, auch Erwachsene, sehnen sich danach, endlich «ihr eigener Herr zu sein». Dieses Sprachbild knüpft gut an die Herrschaftsfunktionen des Elternpaares an. In früheren Zeiten waren mit «Herr» klare Rechte und Privilegien, in jedem Falle eine übergeordnete Stellung verbunden. Leibeigenschaft und Herr-Sein schlossen sich aus. Im Wort «Herrscher» steckt der «Herr». Diese Herrschaft über mein Leben möchte ich bei mir selbst wissen, ich möchte sie nicht länger in fremden Händen sehen. Auch die Hände der mir vertrauten Eltern sind fremde Hände. Selbstbestimmung, Eigenverantwortung, Selbständigkeit und Mündigkeit gehören in diesen Zusammenhang. Formaljuristisch setzen wir voraus, dass die Entwicklung aller Funktionen der Persönlichkeit mit dem 18. Lebensjahr so weit fortgeschritten ist, dass jemand sein Leben «in eigene Hände nehmen kann». Damit übernimmt er auch Verantwortung, die bislang dem Erziehungsberechtigten oblag. Mir geht es hier nicht darum, die häufig beobachteten Widersprüche zwischen formalem Rechtsstatus und Persönlichkeitsreife darzustellen. Es ist bekannt, dass die inneren Voraussetzungen für die Mündigkeit häufig noch nicht gegeben sind, auch wenn sie beansprucht werden können. Auch ist es gar nicht so sicher, ob wir die Freiheit, die damit verbunden ist, wirklich wollen. Freiheit macht einsam, Unabhängigkeit hat auch bedrohliche Momente. Abhängigkeit bietet oft ein größeres Maß an Sicherheit und Geborgenheit. Fragt man Eheleute, was sie beim Partner suchen, so lautet die Antwort sehr häufig «Geborgenheit».

{522} Steht man als sein eigener Herr und eigener Ernährer auf eigenen Beinen und hat sein Leben in eigene Hände genommen, so begegnet einem die Eigengesetzlichkeit des eigenen Lebens. Waren vorher Gesetze, Sitte und Ordnung auf den allgemeinen Moralkodex, auf Institutionen, Kirchen, Väter und den persönlichen Vater projiziert, so beginnen wir auch hier Eigenes zu sehen. Vielleicht sind die allgemeinen Vorstellungen für mich gar nicht so gültig, wie ich bisher angenommen hatte? Angesichts der inneren und äußeren Dominanz der Normen und Gesetze, die uns auf Schritt und Tritt innen wie außen begleiten, wird die Frage nach der Eigengesetzlichkeit eines Lebens häufig übertönt. Dennoch bleibt sie hörbar. Hetzte ich, wie alle anderen Leute auch, durch Tage und Wochen und gönnte mir weder Ruhe noch Muße, wie meine Mutter, die unermüdliche Geschäftsfrau, so beginne ich jetzt mein persönliches Tempo zu entdecken. Vielleicht ist es in jeder Hinsicht langsamer: Ich möchte langsamer laufen, weiß erst nach längerer Zeit, was ich fühle und möchte, und kann mich deshalb auch längst nicht so rasch entscheiden, wie ich es bisher tat oder glaubte, tun zu müssen.

{523} C. G. JUNG meinte, dass Kinder für ihre Eltern oft so charakteristisch sind, wie ein Apfel für einen Tannenbaum. Das ist ein sehr deutliches Bild für Eigen-Art und eigenes Gesetz. Dieses Eigene in seinen verschiedenen Formen und Möglichkeiten ist nicht zu finden, wenn die Abhängigkeiten von den Eltern länger als nötig bestehen bleiben. Abhängigkeit können wir jetzt genauer als Projektion der steuernden archetypischen Instanzen auf die Elternfiguren definieren. Die maßgeblichen Einflüsse auf meine Person waren nach außen verlagert, der Vater- und Mutter-Archetypus entsprechend projiziert. Je mehr ich wage, «eigene Wege» zu gehen, meinen eigenen Gesetzen und meiner Autonomie gemäß, desto deutlicher kann ich mich von den Eltern unterscheiden und feststellen, dass ich ein Apfel bin, sie aber ein Tannenzapfen sind. Diese Unterscheidung ist in der Praxis außerordentlich schwierig. Es kann Jahre dauern, bis ich weiß, ob sich meine religiöse Überzeugung mit der meiner Eltern wirklich deckt, ob meine Beziehung zu Gott vielleicht eine ganz andere ist als die, die sie mir vor-bildlich vermittelten. Auch kann es meinem Gefühl entsprechen, mit meinen Kindern ganz anders umzugehen, als sie es mir vorlebten. Allzu leicht entsteht das Gefühl, dass meine Ansicht falsch ist, weil ich unbewusst das elterliche Tun immer noch als richtig und als Richtschnur ansehe. Allein das kann ein schwieriger Ablösungsprozess sein, eines Tages vielleicht auf die Frage zu verzichten, ob etwas «richtig ist». Das könnte ein sinnvolles persönliches Ziel sein.

{524} In psychotherapeutischen Behandlungen spielt die direkte oder indirekte Frage an den Therapeuten, ob es so oder so richtig sei, lange Zeit eine große Rolle. Dass er die Antwort verweigert, löst im Patienten das Gefühl der Ratlosigkeit und Verlassenheit aus. Das Kind in ihm spürt die Notwendigkeit, von außen gesteuert zu werden, weil es sich selbst noch nicht steuern kann. Aber gerade die Weigerung, die Eigensteuerung zu übernehmen, obwohl sie nach

Lebensstellung und Lebensalter längst fällig wäre, ist oft Kernelement des neurotischen Lebenskonfliktes. An dem intensiven Wunsch, dem Therapeuten die steuernde und urteilende Funktion zu übergeben, zeigt sich der große Widerstand, kindliche Abhängigkeiten aufzugeben und die Projektion der archetypischen Zentren zurückzunehmen. Nach der Unterscheidung von den Eltern bleibt eine freundliche soziale Beziehung unabhängiger Menschen und eine entsprechende soziale Verantwortung, wie sie seit eh und je von der jungen Generation für die Älteren übernommen worden ist. Leider kann man nicht voraussetzen, dass die Eltern ihren Ablösungsprozess ebenso vollziehen können, wie es den Kindern früher oder später gelingt.

{525} Auch die Eltern übertragen wichtige Aspekte ihres Selbst auf die Kinder. Ich hatte schon darauf hingewiesen, dass es häufig das Schicksal der Kinder ist, Ungelebtes im Leben der Eltern, das Unbewusste der Eltern, darzustellen und zu leben. Häufig ist es, schon aus Altersgründen, unwahrscheinlich, dass dieser Prozess von den Eltern noch vollzogen werden kann. In unserer Zeit zeigen sich hier schwer wiegende Unterschiede zwischen den Generationen. Was Jüngeren selbstverständlich ist, auch an kritischer Bewusstheit, davon wagten die Alten nicht einmal zu träumen. Die Möglichkeiten zur Selbständigkeit und Eigenverantwortung, wie sie der jüngeren Generation heute auch im gesellschaftlichen Leben eingeräumt werden, waren zu der entsprechenden Zeitperiode im Leben der Eltern nicht einmal denkbar.

{526} Nicht nur die Eltern, auch die Familie sollte entmythologisiert werden, denn auch sie ist Trägerin heiliger und mythischer Bilder. Psychologisch gesehen gilt es, die inneren Eltern zu rinden, Vater und Mutter in mir selbst. Das heißt, dass ich die entsprechenden Erlebnismöglichkeiten in mir aktivieren und fördern muss. Wir haben dann zwar äußerlich keine Mutter mehr, die uns ernährt, die auf unsere Signale wartet, die Vertrauen hat, aber wir sind selbst unsere Mutter. Das ist leichter gesagt als getan. Wenige Menschen können wirklich für sich selbst eine gute Mutter sein, können sich das tun und gönnen, was für sie gut ist. Häufig wissen sie es gar nicht, was ihnen gut tut. Im therapeutischen Prozess muss die Frage immer neu gestellt werden: Was wäre jetzt gut für Sie? Was tut Ihnen gut? So gestaltet sich langsam die innere Mutterfunktion. Hier sei daran erinnert, dass das archetypische Mütterliche zunächst nur eine Möglichkeit darstellt, die erst im Leben ihre konkrete Form finden muss. Deshalb ist mit längeren Lernprozessen zu rechnen, die oft nur unter therapeutischer Förderung in Gang kommen.

{527} Im Hinblick auf das Väterliche kann die Frage lauten: Was müssen Sie aus inneren Gründen jetzt tun? Was wollen Sie? Was ist Ihr inneres Gesetz, auch wenn es den Regeln der Moral der Familie oder der Partnerschaft im Augenblick entgegensteht? Die Suche nach der Antwort ist mit allen Ängsten der Kindheit behaftet. Diese werden in voller Heftigkeit wiedererlebt, es ist die Reise mit Vater und Mutter, mit all ihrem Auf und Ab. Nur das schrittweise Durcharbeiten der eigenen Kindheit und das damit verbundene Ausgestalten der mütterlichen und väterlichen Funktion im eigenen Leben vermag die Rücknahme der archetypischen Projektion zu ermöglichen. Der Mensch ist abhängig vom übergeordneten Steuerzentrum. Entweder muss er es bei seinen Eltern, bei den Göttern oder in der eigenen Seele finden. Der Prozess ist ein zähes Ringen auf beiden Seiten, Therapeut und Klient brauchen Geduld, Warten und Vertrauen. Gerade das Warten-Können auf die Impulse der eigenen Seele ist schwierig.

{528} Erfahrungsgemäß gestalten sich diese Entwicklungsprozesse dann besonders schwierig, wenn weder ein guter Vater noch eine gute Mutter erlebt wurden, sondern Gefahr und Bosheit. Entsprechend böse und gefährlich wurde das eigene Innere erlebt. Dieses erzeugte Angst, keine Sicherheit. Von den Strukturzentralen gehen nur böse Impulse aus. Erst langsam vermag sich die andere Seite der archetypischen Bilder, die gute und schenkende, ernährende Mutter und der das äußere und das persönliche Gesetz verbindende Vater zu konstellieren und dem verängstigten Ich zugänglich zu werden. Im gleichen Maße aber wachsen Vertrauen und Hingabefähigkeit, nach außen und dem eigenen Selbst gegenüber.

{529} So werden aus äußeren Göttern innere hohe und steuernde Instanzen, so werden aus äußeren Eltern innere Eltern, wir geben die Altern in ihre Menschlichkeit zurück, entgöttern sie und gewinnen Freiheit, Autonomie und Selbst-Vertrauen.

Hinweise für den Therapeuten

{530} Die Begleitung auf der Reise mit Vater und Mutter ist wohl das vertrauteste Terrain des Therapeuten. Die in den vorausgegangenen Abschnitten entfalteten Gesichtspunkte drängen sich bei jeder Behandlung auf. Die Theorie reflektiert diese Praxis. Was wir in der Empirie als fast absolut dominierende Einflussgrößen beobachten, wird zum Kernpunkt des theoretischen Systems. Ob wir von Ich-Entwicklung und Ich-Störungen, von Bewusstseinsdominanten, geschlechtlicher Identität oder ödipalen Abhängigkeiten, von Kastrationsängsten und Infantilismen sprechen, die Wirkungen des Elternpaares, vielleicht in besonderem Maße die der Mutter, müssen immer mitgedacht werden. Dabei begegnen die Eltern uns weniger in ihrer äußeren Realität, die sie sind, sondern als Phantasiebilder, zu denen sie werden. Viele Einzelerlebnisse des Kindes verdichten sich zum Vater- und Mutterbild, in dem sich Phantastisches und Reales, Projiziertes und den Eltern wirklich Zugehöriges mischen. Selbst nach langer analytischer Arbeit kann es schwierig sein, die Eltern so zu sehen, wie sie wirklich sind, und sie von den eigenen Wünschen und Vergötterungen zu befreien.

{531} Für das Verständnis der Elterneinwirkung unterscheiden wir folgende Ebenen:

{532} Projektion der archetypischen Erlebnisbereitschaften und Überkleidung der Eltern mit den großen Bildern von Vater und Mutter und ihren «göttlichen» Eigenschaften. Auf dieser Basis korrespondieren Eltern und Kinder über viele Jahre.

{533} Einwirkung der realen Eltern mit ihren guten und bösen Eigenschaften. Der Archetypus repräsentiert potentiell jeden individuellen Elternteil, jeder Elternteil kann Aspekte des theoretisch möglichen Gesamtbildes auf sich nehmen und damit das archetypische Elternbild profilieren. Die Eltern rufen aus dem gespeicherten Programm gewisse Erlebnismöglichkeiten ab, der Rest bleibt zunächst für das Kind ungelebt und stumm. So entsteht die je individuelle Mischung aus Phantasie und Realität, die das Elternbild kennzeichnet. Das Kind ist in der Lage, böse wie gute Eltern zu erleben, denn es bringt die primären Bereitschaften mit und ist in dieser Hinsicht ganz offen. Über diesen archetypisch gegebenen Rahmen kann es nicht hinaus. Die Bereitschaften sind sicher weitgehend an Menschengestalten gebunden. Gleichzeitig wird sich der gesamte Archetypus kaum durchsetzen. Der nicht gelebte Teil bleibt als Sehnsucht und ahnungsvolles Wissen um das, was möglich wäre. Davon kann sich über lange Zeit die Phantasie des Königskindes nähren, dessen Eltern in weiter Ferne sind, oder auch das Bild des guten Vaters im Himmel. Häufig sind es Geschichten und Märchen, die die von den Eltern nicht angesprochenen Aspekte des archetypischen Gesamtbildes anregen.

{534} Verinnerlichung der Eltern als reale Elternfiguren und als abgerufenes archetypisches Bild. Leben die Eltern die bösen Seiten, von der bösen Brust, die keine Milch gibt, der bösen Hand, die straft, bis hin zum bösen Gesamtobjekt, dann wird auch das archetypische Ausgangsprogramm entsprechend selektiert. So eigenartig das zunächst klingen mag, aber im Archetypus entfalten sich nur die bösen Seiten, wenn keine Gegensteuerung eintritt. Sind die Eltern böse, so erlebt sich das Kind nicht als gut. Es erlebt seine eigene Basis ebenfalls als böse und gefährlich. Theoretisch ist das so zu verstehen, dass die Eltern nicht nur äußerlich den negativen Aspekt des Mutterbildes repräsentieren, sondern ihn auch innerlich im Kind konstellieren. Damit stehen drei Wirkfaktoren einer positiven Entfaltung des Vertrauens entgegen: die einseitige Selektion, die realen Erlebnisse in der Familie und die verinnerlichten bösen Objekte. Das muss zu Starre, Totstellreflex, Dominanz der Abwehrmechanismen, Neurosen und den zugehörigen Begleitsymptomen wie reaktiven Aggressionen, Schuldgefühlen, Anpassungszwängen und Identifikationen führen. Identitätskrisen sind bei solchen Entwicklungen absehbar.

{535} Konstellation der Gegensatzposition, in diesem Falle des guten Vaters und der guten Mutter, die zunächst auf den «guten» und vergötterten, idealisierten Therapeuten projiziert werden. Hier handelt es sich eindeutig nicht um Projektionen von schon einmal Erlebtem, sondern um Ahnungen des ganz Anderen, das im archetypischen Bereich ebenfalls potentiell vorhanden ist. In der therapeutischen Beziehung entwickeln sich Vertrauen und Glauben, wenn auch aufgrund der Entwicklungsgeschichte als sehr zerbrechliche und gefährdete Gebilde. Dieser Glaube speist sich aus archetypischen Quellen, die bereits früher durch entsprechendes Märchenoder Mythenmaterial angeklungen waren. Das negative Elternbild wird auf diese Weise langsam relativiert und entmachtet. Das volle archetypische Bild beginnt sich zu entfalten. In Kinderpsychotherapien zeigt sich in Malereien oder im Sandspiel dieser Prozess in beeindruckender Weise. Auch umgekehrte Prozesse können ablaufen: Aufgrund einer übertriebenen Güte der Eltern wird auch in dem Kind das Böse nicht geweckt. Zerstörerisches und Verschlingendes, das ebenfalls zum Bild der großen Mutter gehört, Härte und eisernes Gesetz, das dem Väterlichen zugeordnet wird, fehlen. Damit sind diese jungen Persönlichkeiten sehr anfällig und können sich kaum durchsetzen. Hier bedarf es der Konstellation der negativen Gegenbilder, um die für das Leben notwendige Vollständigkeit der Verhaltensmöglichkeiten zu erreichen.

{536} Belegung des archetypischen Elternpaares und Rücknahme der Projektionen, Entmythologisierung der Eltern und der Familie. Jetzt kann eigenverantwortliche Elternschaft nach autonomen Entwicklungslinien gelebt werden. Das wäre die Voraussetzung für die reale eigene Vater- und Mutterrolle. Die eigenen Kinder durchlaufen wieder die gleichen Prozesse, treffen dabei aber häufig auf Eltern-Kinder und nicht auf erwachsene Eltern, die die eigenen inneren Eltern schon gefunden haben. So kommt es zu den verwickeltesten Konflikten und Auseinandersetzungen, weniger zwischen Eltern und Kindern als zwischen Kindern und Kindern. Beide suchen Eltern, und genügend Fälle sind bekannt, wo Eltern ihre Kinder zur tröstenden und sorgenden Mutter machen. Alleinerziehende sind hier besonders gefährdet. Sie suchen, je nach eigenem Entwicklungsgrad, im Kind meistens viel zu früh weniger den eigenen Partner als die eigenen Eltern. Sie fühlen sich verlassen und ausgeliefert, wie sich nur Kinder fühlen können. Für die Therapie ist es besonders wichtig, dass es nicht um die Auflösung der Elternbilder geht, sondern um die Rücknahme der archetypischen Anteile und ihre Einordnung in den psychischen Gesamtorganismus. Auch durch eine Analyse wird die Seele nicht leer, die gewachsenen Speicher bleiben gefüllt.

{537} Es geht nur um eine Umverteilung der Energie und der Schwerpunkte. Um überhaupt das Gefühl des Zuhause-Seins in der Welt bei sich selbst erreichen zu können, müssen Eltern erhalten bleiben. Für manche Patienten mag das durchaus möglich sein, dass sie wieder in religiösen Systemen Halt und ihre geistige Heimat finden. Sprachlich fällt es auf, dass Heimat und Zuhause in solchen Zusammenhängen so oft Verwendung finden. Das hat mit der Projektion der archetypischen Elternbilder zu tun.

Für den Betroffenen

{538} Es ist nicht nur Ihr persönliches, es ist menschliches Schicksal, von Eltern abhängig zu sein. Individuelles Schicksal ist es allerdings, ob Ihnen eine gute oder eine böse, eine ausbeuterische oder eine nährenden Mutter beschieden war. Individuelles Schicksal ist es auch, ob Ihr Vater etwas von Väterlichkeit und Bezogenheit wusste oder seine Funktion nur in sachlichen Verantwortungen sah. Wie sich Ihr Leben im einzelnen auch ausgestaltet haben mag, die Reise mit Vater und Mutter zurück ins Kinderland ist ein unverzichtbarer Teil einer möglichen weiteren Entwicklung. Die Gestaltung der Zukunft hängt davon ab, dass wir die Wirkungen der Vergangenheit kennen und bewältigen lernen. Die Eltern, als Repräsentanten der persönlichen Vergangenheit, binden uns noch, auch wenn wir das Elternhaus längst

verlassen haben. Sie sind zu inneren Instanzen geworden, die uns täglich begleiten. Dazu ist es gar nicht nötig, dass ich mich bei jeder Entscheidung frage, wie das allerdings viele Leute tun, was meine Eltern hierzu sagen würden. Ihre gedachte Antwort wird dann zur Richtschnur persönlichen Handelns. Unsere Einstellungen zu politischen Tagesfragen, zu Besitz, Familie und Sitte sind noch weitgehend identisch mit den elterlichen Einstellungen. So wie das Kind nur in der Beziehung zu den Eltern existiert und noch kein Eigenleben im engeren Sinne führt, so kann sich ein solcher Zustand auch bis in das erwachsene Leben verlängern. Es gibt keine neurotische Erkrankung, wohl auch kein psychosomatisches Symptom, bei dem sich nicht konflikthafte Beziehungen zwischen Eltern und Kindern nachweisen ließen. In der Regel werden Sie feststellen, dass wesentliche Entwicklungslinien mit eigenen Gesetzen blockiert wurden, weil sie mit elterlichen Interessen in Widerspruch gerieten. Ihnen blieb dann gar nichts anderes übrig, als die eigene Persönlichkeit als das Unrechte und Schlechte, die der Eltern als das Gute, ja das Beste überhaupt, zu erleben. Gerade wenn sich schon innere Zweifel an den Eltern gemeldet hatten, und seien sie noch so kindlicher Natur gewesen, mussten Sie die Eltern umso mehr idealisieren. Denn hätten diese Zweifel Platz gegriffen, so nötig und berechtigt sie waren, Ihre Eltern würden es nicht ertragen haben und härteste Strafen wären vielleicht zu erwarten gewesen. Im Sinne des Selbstschutzes haben Sie solche Zweifel verdrängt und die Lebensformen der Eltern vorsichtshalber idealisiert. Was jedoch einem Kind zum Schütze diente, wird für den Erwachsenen zum Gefängnis. Sie spüren das an abnehmender Lebenslust, mangelnder Lebensfreude und zu geringer allgemeiner Beweglichkeit. An der Intensität der Einwirkung elterlicher Gewalt ist nicht zu zweifeln. Wir wären jedoch in einer hoffnungslosen Lage, und die Menschheit hätte wahrscheinlich nicht überlebt, weil Eltern in früheren Jahrhunderten auch nicht gescheiter und besser waren, wenn das Leben nicht im Sinne seines Weiterbestehens innere Gegenprogramme entwickelt hätte. Auch wenn Sie persönlich keine guten Eltern erlebt haben, es gibt sie in der Menschheit, und die Möglichkeit, auch auf gute Eltern zu antworten und mit ihren Einflüssen zu korrespondieren, ist in Ihnen ebenfalls gespeichert. Aufgrund Ihrer persönlichen Schicksalskonstellation war es Ihnen nicht vergönnt, dass diese in Ihnen gespeicherten Möglichkeiten von den Eltern angeregt und abgerufen wurden. Sie hatten deshalb keine Gelegenheit, eine vertrauensvolle Beziehung zum äußeren Menschen und zur eigenen Seele zu entwickeln. Aber ein solches Defizit Ihres Lebens heißt nicht, dass in Ihnen nicht das Ahnen- und Erbgut der Menschheit vorhanden und belebbar wäre. Sicher kennen Sie einen Menschen, zu dem Sie plötzlich Vertrauen und Zuneigung empfanden. Vielleicht haben Sie es zum ersten Mal bei Ihrem Ehepartner erlebt, dass er so etwas wie eine gute Mutter oder ein guter Vater sein könnte. Das führt häufig nur deshalb zu Schwierigkeiten, weil es nicht die Aufgabe des Partners ist, die ausgebliebenen elterlichen Ernährungs- und Vertrauensfunktionen zu ergänzen und zu ersetzen. Geschieht das trotzdem, so wiederholt sich über Jahre eine Eltern-Kind-Beziehung in der Ehe, die eine Entfaltung der Mann-Frau-Beziehung behindert. Das kann bis zu einer Scheidung führen, weil die Partner nicht in der Lage sind, ihre Entwicklungsschritte allein zu vollziehen. Wir verstehen auch häufig nicht, woher das Unbehagen mit einem Partner stammt. War das Gefühl, hier endlich ein geliebtes Kind sein zu können, ursprünglich die große Befreiung, so wird daraus mit der Zeit die große Belastung. Findet der Partner aus der Elternrolle nicht heraus, so fühle ich mich von ihm gegängelt, und finde ich aus der Kindrolle nicht heraus, so fühlt er sich von mir überfordert und gefangen, weil ich mich ängstlich an ihn klammere und nicht imstande bin, allein zu leben.

{539} Im Laufe der Auseinandersetzung mit den Eltern werden alle Ängste und Befürchtungen wieder wach, die die Kindheit prägten und die zu den entsprechenden Anpassungen und Charakterbildungen zwangen. Diese Ängste erscheinen dem Erwachsenen zunächst genau so gefährlich, wie sie für das Kind waren. Zudem ist es gar nicht der Erwachsene, der sie erlebt, sondern der Kindteil seiner Persönlichkeit. Diese Ängste können aber in reiferen Jahren viel besser durchgestanden werden, denn die realen Abhängigkeiten von den Eltern, die in früher Kindheit solche auf Leben und Tod sind, bestehen nicht mehr. Obwohl man sich das im Kopfe immer wieder klar machen kann, fällt es doch sehr schwer, Wünsche der Eltern abzulehnen, wenn sie mit dem eigenen Leben nicht mehr vereinbar sind. Reagieren die Eltern dann gar mit moralischen Vorwürfen oder mit körperlichen Symptomen, so entstehen starke Schuldgefühle auf Seiten des nun inzwischen erwachsenen Sohnes oder der erwachsenen Tochter. Diese Konflikte durchzustehen ist belastend, aber sie müssen durchgehalten werden, weil sonst eine persönliche Weiterentwicklung nicht möglich ist. Die kindlichen Abhängigkeiten bleiben bestehen, trotz guter Ansätze zur Ablösung.

{540} Da die Eltern die Träger uralter Elternvorstellungen sind, bleiben diese Vorstellungen erhalten, auch wenn sie nicht mehr auf die inzwischen alt gewordenen Eltern übertragen werden. Vielleicht wird es Ihnen dann wieder möglich, einen Vater im Himmel zu finden oder eine göttliche Mutter zu suchen. Vielleicht steht Ihnen auch der Weg offen, die heiligen Gestalten in der eigenen Seele wieder zu finden und damit einen neuen Zugang zu dem, was die Religionen aller Zeiten wollten: die Ruck-Bindung des Menschen an größere und umfassendere Kräfte. Das wäre aber wieder ein begründetes Vertrauen zum Leben im umfassenden Sinn. In den vorausgegangenen Abschnitten wurden verschiedene Seiten und Stadien der Reise mit Vater und Mutter durchgemessen. Wo stehe ich heute? Wenn ich mir meine Eltern vergegenwärtige, welche Eigenschaften messe ich ihnen zu? Welchen Einfluss haben sie heute noch auf mein Handeln? Dabei ist zu bedenken, dass ein Mutterkomplex sich nicht immer so direkt äußern muss, dass das Bild der Mutter bei jeder Entscheidung, die gefällt wird, auftaucht. Es kann einfach die prinzipielle Rücksichtnahme auf die Umgebung oder die Meinung der Leute sein, die mich am Handeln hindert und daran, eigene Gesetzmäßigkeiten zu finden. Vater und Mutter verkörpern die Gesetze, die die Kindheit prägten. Im Sinne einer Verallgemeinerung werden dann alle Beziehungspersonen, auch die Nachbarn, zu normgebenden Instanzen, die mich mit Angst und Zögern erfüllen. Was würde der Tod meiner Eltern heute für mich bedeuten? Fühle ich mich dann allein gelassen oder völlig verlassen und wage mir dieses Ereignis überhaupt noch nicht vorzustellen? Solchen psychischen Katastrophen kann nur dadurch

vorgebeugt werden, dass ich mich in zunehmendem Maße auf die mir innewohnenden Möglichkeiten besinne. Allerdings ist damit eine andere Form von Einsamkeit verbunden. Es ist ein sehr angenehmes Erlebnis, sich in seinen Handlungen von der Zustimmung anderer Menschen getragen zu wissen. Nach eigenen Gesetzen zu leben bedeutet das Risiko, dass diese Zustimmung ausbleibt. Bei Psychotherapien habe ich immer wieder folgendes beobachten können: Selbst wenn man sich entschlossen hat, Schritte zu tun, die in den Augen der Eltern unmöglich oder moralisch zweifelhaft sind, bleibt der sehnlichste Wunsch, doch noch von seinen Eltern verstanden zu werden. Man möchte, dass sie diese Dinge billigen und einsehen, dass es für mich notwendig ist. Damit lasse ich immer noch einen Teil meines Selbst bei ihnen und sie steuern mein Schicksal noch wesentlich mit. Irgendwann muss ich mich von dieser Hoffnung trennen: Meine Eltern sind fest gefügte und kaum noch wandlungsfähige Persönlichkeiten; was sie bislang nicht verstehen konnten, werden sie in dem von mir ersehnten Sinne wahrscheinlich nie verstehen können. Irgendwo ist die Stelle, wo sich beide Schicksale trennen, wo ich der Apfel, meine Eltern der Tannenzapfen sind. Damit ist kein Werturteil gefällt. Beides sind Erscheinungsformen der Natur, je anders und in je anderen Umwelten lebensfähig. Um diese Schritte zu vollziehen, hilft das von C. G. JUNG angebotene Modell, dass ich gar nicht so sehr ein Kind dieser Eltern, sondern ein Spross aus dem Stamme des Lebens bin. Ich habe vieles mit meinen Eltern gemeinsam, weniger aber deswegen, weil sie meine Eltern sind, sondern weil wir beide, die Eltern und ich, dem großen Baum des Lebens entwachsen sind. Über diese allgemeine Grundlage des Lebens finde ich auch immer wieder Zugang zu den Eltern und diese zu mir. Dass hier Grenzen bestehen, ist selbstverständlich. Der Rückblick auf die Eltern ist eine Form des Abschieds, die sich über Jahre hinziehen kann. Dieser Abschied fällt aber auch den Eltern außerordentlich schwer. Sie können sich nur mühsam von der Vorstellung lösen, dass ihre Kinder sie nicht mehr brauchen. Für Mütter kann das besonders schwierig sein. «Man will doch gebraucht werden. Der Sinn des eigenen Lebens wird in den Kindern gesucht. Das ist für Eltern und Kinder eine schwere und nie voll einlösbare Hypothek. Die Sinnfrage ist sicher nicht über einen anderen Menschen, sie ist nur im eigenen Herzen zu lösen.

{541} Wenn Eltern wieder eigene Wege zu gehen beginnen, müssen sie sich häufig auch mit Schuldgefühlen ihren Kindern gegenüber auseinander setzen. Ist es recht, dass ich jetzt so viel Geld, so viel Zeit für mich in Anspruch nehme? Brauchen mich meine Kinder nicht doch noch? Lasse ich sie vielleicht zu früh allein? Diese Fragen bewegen gerade junge berufstätige Mütter und sind schwer allgemein zu beantworten. Man kann aber davon ausgehen, dass im Kind unendliche Entfaltungsmöglichkeiten schlummern, die wachsen wollen und auch wachsen können, wenn sie nur ihre rechte Weise der Ernährung und des Vertrauens erhalten. Ständige Anwesenheit der Mutter ist hierzu sicher keine unabdingbare Voraussetzung. Diese Überlegungen für mich selbst münden in die Frage: Bin ich bereit, zu mir und zu dem, was das Leben in mir bereit hält, zurückzukehren? Oder will ich die steuernden Instanzen weiterhin in fremden, wenn auch vertrauten Elternhänden lassen? Und habe ich selbst Elternschaft über viele Jahre erlebt, so geht es um eine Rückkehr ins eigene Leben. Diese Funktionen hatte ich nur vorübergehend zu erfüllen. Das ist allerdings eine Frage des rechten Maßes und des rechten Zeitpunktes, wenn hier auch erhebliche Toleranzgrenzen gegeben sind.

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>

9. Kindsein: Ungeborgenheit und Zukunft

Thesen zum Thema

{542} Wesentliche Aspekte zum Verständnis des Kindseins sind bereits in dem Kapitel über Elternschaft enthalten. Hier sollen lediglich einige spezifische Gesichtspunkte zum Kindsein als besonderer Lebensrealität und als Symbol ergänzt werden. Thesenartig lassen sie sich folgendermaßen formulieren:

{543} In der totalen Abhängigkeit, in der sich der Mensch während der Kindheit befindet, liegt zugleich die Möglichkeit positiven Erlebens von Sicherheit, Vertrauen und Geborgenheit. Eine solche Situation wird im erwachsenen Leben immer wieder erstrebt oder erträumt, aber nie wieder erreicht. Die Sehnsucht danach ist um so stärker, je unsicherer und ungeborgener die Zeit der Kindheit war. Wahrscheinlich müssen gewisse, nicht genau feststellbare Vertrauens-Sollwerte erreicht sein, wenn die sehnsuchtsvolle und suchende Unruhe enden soll. So gesehen ist die Abhängigkeit, deren problematische Folgen nur zu deutlich sind, auch ein biologisch sinnvolles Element des Lebens. Das junge Leben bedarf des Schutzes.

{544} Die Geborgenheit, die wir einmal erfahren haben, kann zum Verhängnis werden, wenn wir auf sie in ihrer kindlichen Form nicht verzichten wollen. Wir leben dann zu lange in einer Abhängigkeit vom Elternhaus und seinem Schutz. Hierzu gehört auch das «innere Elternhaus», alle verinnerlichten, in Gewissen und Eltern-Ich verankerten Normen und Lebensregeln, die uns mit auf den Weg gegeben wurden. Diese «Selbstverständlichkeiten» bewusst wahrzunehmen, ihre Brauchbarkeit für mich zu überprüfen und notwendigerweise einige als ungeeignet und direkt schädlich zu erkennen, ist einer der schwierigsten Entwicklungsschritte auf dem Wege zum Erwachsensein.

{545} Ein über das natürliche Maß hinausgehendes Abhängigkeitsverhältnis zu den Eltern bezeichnen wir als Infantilität. Dabei unterscheiden wir verschiedene Komplexe wie Mutterkomplex, Vaterkomplex, Ödipuskomplex, Kastrationskomplex, Rivalitäts- und Minderwertigkeitskomplex oder ähnliches. Jeder Komplex beinhaltet bestimmte Weisen der Abhängigkeit, kindlicher Ängste und Fremdbestimmung. Diese Infantilismen sind der häufigste Inhalt psychotherapeutischer Behandlungen.

{546} Gleichzeitig repräsentiert ein Kind unbändigen schöpferischen Lebensdrang. So klein und unscheinbar es ist, verfügt es über ein großes Wachstumspotential. Im Erwachsenen erscheint diese schöpferische Kraft im Symbol des Kindes wieder, vorzugsweise in Träumen, Fantasien und Imaginationen. Auch ein reales Kind kann diese symbolische Bedeutung haben, in der Sehnsucht nach Kindern und Enkelkindern, nach «ewiger Jugend» und Verjüngung scheint es auf. Der persönliche und der therapeutische Umgang mit «Kindlichem» erfordern die Kenntnis dieses Doppelaspektes. Das «Infantile» ist nur ein Zerrbild des ursprünglich Kindlichen, keineswegs der natürliche Zustand. Erscheinen kindliche Wünsche und Fantasien beim Erwachsenen, so sind sie zwar ein Signal der Regression, der Bewegung zurück und nach innen, aber keineswegs von vornherein nur «infantil» im Sinne einer verlängerten Abhängigkeit. Kindliches und Kindmotive verweisen immer auch auf zukünftige Möglichkeiten. Solche Möglichkeiten sind für ein Kind ganz natürlich und selbstverständlich, der Erwachsene vermag sie zu reflektieren und die Botschaft des Symbols aufzunehmen und zu verwirklichen.

{547} Das Kind repräsentiert, von der Sicht des Erwachsenen her gesehen, ebenso sehr ein Steckengeblieben-Sein, im Sinne einer Fixierung auf frühere Entwicklungsstufen, wie auch das Vorwärtsdrängende, die Vergangenheit wie die Zukunft, den kleinen Anfang wie den großen schöpferischen Prozess, die Schutzlosigkeit wie die schier unüberwindliche Kraft.

{548} Das Kind gehört wesensmäßig zum Menschen.

C. G. Jung zu diesem Thema

{549} «Die Kindheit ist nicht nur darum von Bedeutung, weil dort einige Instinktverkrüppelungen ihren Anfang genommen haben, sondern auch darum, weil dort jene weitausschauenden Träume und Bilder, welche ein ganzes Schicksal vorbereiten, erschreckend oder ermutigend vor die kindliche Seele treten.» (1)

{550} «Ein infantiles Individuum ist darum infantil, weil es sich nur ungenügend oder gar nicht aus der Kindheitsumgebung, d.h. von seiner Elternanpassung befreit hat, weshalb es fälschlicherweise der Welt gegenüber einerseits so reagiert, wie ein Kind den Eltern gegenüber, immer Liebe und sofortige Gefühlsbelohnung heischend; andererseits durch die enge Bindung an die Eltern mit diesen identifiziert, benimmt sich der Infantile wie der Vater und wie die Mutter. Er ist nicht imstande, sich selbst zu leben und seinen ihm zugehörigen Charakter zu finden.» (2)

{551} «Der Mensch lebt ohne wesentliche Gefährdung seiner geistigen Gesundheit nicht zu lange in der infantilen Umgebung respektive im Schoße der Familie. Das Leben ruft ihn hinaus zur Selbstständigkeit, und wer diesem Ruf aus kindlicher Bequemlichkeit und Ängstlichkeit keine Folge leistet, wird durch die Neurose bedroht. Und ist einmal die Neurose ausgebrochen, dann wird sie auch immer mehr zu einem voll gültigen Grunde, den Kampf mit dem Leben zu fliehen und für immer in der moralisch vergiftenden Infantilatmosphäre zu bleiben.» (3)

{552} In seinem Kommentar zu einem Traum verweist JUNG darauf, dass der Mensch in der Kindheit «noch nicht entfernt im Besitze seiner Ganzheit ist. Seine Familie stellt die Ganzheit dar, indem deren Komponenten noch auf die Familienmitglieder projiziert und durch diese personifiziert sind. Dieser Zustand ist aber für den erwachsenen Menschen, weil regressiv, gefährlich; denn er bedeutet eine Aufspaltung seiner Persönlichkeit, die der Primitive als bedrohlichen <Seelenverlust> empfindet. Bei der Aufspaltung werden die mühsam integrierten Persönlichkeitsteile

wieder nach außen gezogen. Man verliert seine Schuld und tauscht dagegen infantile Unschuld ein; dafür ist dann wiederum der böse Vater an dem und die lieblose Mutter an jenem schuld, man hängt an dieser unleugbaren, kausalen Verknüpfung wie eine Fliege im Spinnennetz und merkt nicht, dass man seine moralische Freiheit verloren hat. Was immer die Eltern und Voreltern am Kinde gesündigt haben, erklärt der erwachsene Mensch als eine Gegebenheit, mit der er zu rechnen hat. Nur ein Dummkopf interessiert die Schuld des anderen, an der sich nichts ändern lässt. Nur von der eigenen Schuld lernt der Kluge. Er wird sich die Frage vorlegen: Wer bin ich, dem all das geschieht? Er wird in seine eigene Tiefe blicken, um dort die Antwort auf diese Schicksalsfrage zu finden.» (4)

{553} «Das kindhafte Bewusstsein ist immer mit Vater und Mutter verbunden und nie allein. Rückkehr in die Kindheit ist immer Heimkehr zu Vater und Mutter, zur ganzen Belastung mit dem durch die Eltern vertretenen psychischen Non-Ego und dessen langer, schwer wiegender Geschichte. Regression bedeutet Auflösung in die geschichtlichen, hereditären Determinanten, deren Umklammerung man sich nur mit größter Mühe entziehen kann. Die psychische Vorgeschichte ist recht eigentlich der Geist der Schwere ... Die Auflösung in das Vielerlei der geschichtlichen Determinanten ist wie ein In-die-Irre-gehen, wie eine Richtungslosigkeit, in welcher auch das Richtige wie ein Besorgnis erregender Irrtum aussieht.» (5)

{554} Das folgende Zitat ist einem Zusammenhang entnommen, in dem C. G. Jung die Notwendigkeit des Opfers kindlicher Fantasien behandelt. Er bezieht sich auf die Erkenntnis, «dass man die rückschauende Sehnsucht, welche nur die Kindheit mit ihrer dämmernden Seligkeit und ihrer Mühelosigkeit wiederbringen möchte, opfern sollte. ... Dieses Opfer geschieht nur in einer völligen Hingabe an das Leben, wobei auch alle die in familiären Banden gebundene Libido aus dem engeren Kreise in die Weite gebracht werden muss; denn es ist für das Wohlbefinden des einzelnen erforderlich, dass er, nachdem er in seiner Kindheit bloß mitdrehendes Partikel in einem rotierenden System gewesen war, nunmehr erwachsen, selber Zentrum eines neuen Systems werde. Dass ein derartiger Schritt auch die Lösung oder wenigstens die Berücksichtigung des erotischen Problems einschließt, ist ohne weiteres klar, denn wenn dies nicht geschieht, dann bleibt die nicht verwendete Libido unweigerlich in der unbewussten endogamen Beziehung zu den Eltern stecken und macht das Individuum in wesentlichen Stücken unfrei ... Denn, wenn er seine am Kindheitsmilieu haftende Libido gewähren lässt, und nicht zu höheren Zielen befreit, dann steht er unter dem Einfluss unbewussten Zwanges. Das Unbewusste schafft ihm, wo er auch immer sei, stets wieder das Infantilmilieu durch Projektion seiner Komplexe, wodurch die gleiche Abhängigkeit und Unfreiheit, welche das Verhältnis zu den Eltern kennzeichneten, jedes Mal wieder aufs Neue und ganz gegen sein vitales Interesse hergestellt werden. Seine Schicksale gehen nicht durch seine Hand; Lose und Geschehnisse fallen ihm sozusagen von den Sternen zu.» (6)

{555} «Das <Kind> tritt als eine Geburt des Unbewussten aus dessen Schoss hervor, gezeugt aus der Grundlage menschlicher Natur, oder besser noch, der lebenden Natur überhaupt. Es personifiziert Lebensmächte jenseits des beschränkten Bewusstseinsumfangs, Wege und Möglichkeiten, von denen das Bewusstsein in seiner Einseitigkeit nichts weiß, und eine Ganzheit, welche die Tiefen der Natur einschließt. Es stellt den stärksten und unvermeidlichsten Drang des Wesens dar, nämlich den, sich selber zu verwirklichen. Es ist ein mit allen natürlichen Instinktkräften ausgerüstetes Nichtanderskönnen, während das Bewusstsein sich stets in einem vermeintlichen Anderskönnen verfängt. Der Drang und Zwang zur Selbstverwirklichung ist Naturgesetzlichkeit und daher von unüberwindlicher Kraft, auch wenn der Beginn ihrer Wirkung zunächst unansehnlich und unwahrscheinlich ist.» (7)

{556} «Ein wesentlicher Aspekt des Kindmotives ist sein Zukunftscharakter. Das Kind ist potenzielle Zukunft. Daher bedeutet das Auftreten des Kindmotives in der Psychologie des Individuums in der Regel eine Vorwegnahme künftiger Umwicklungen, auch wenn es sich um eine auf den ersten Blick retrospektive Gestaltung zu handeln scheint. Das Leben ist ja ein Ablauf, ein Fließen in die Zukunft, und nicht eine rückflutende Stauung. Es ist daher nicht erstaunlich, dass die mythischen Heilbringer so oft Kind-Götter sind. Das entspricht genau den Erfahrungen der Psychologie des einzelnen, welche zeigen, dass das <Kind> eine zukünftige Wandlung der Persönlichkeit vorbereitet. Es antizipiert im Individuationsprozess jene Gestalt, die aus der Synthese der bewussten und der unbewussten Persönlichkeitselemente hervorgeht. Es ist daher ein die Gegensätze vereinigendes Symbol, ein Mediator, ein Heilbringer, d.h. Ganzmacher.» (8)

{557} «Die (Kind)-Schicksale dürfen daher als Darstellungen jener psychischen Ereignisse, welche sich bei der Entstehung des <Selbst> abspielen, betrachtet werden. Die (wunderbare Geburt) versucht die Art des Entstehungserlebnisses zu schildern. ... Das Motiv der (Unansehnlichkeit), des Ausgeliefertseins, der Verlassenheit, der Gefährdung usw. versucht die prekäre psychische Existenzmöglichkeit der Ganzheit, d.h. die enorme Schwierigkeit, dieses höchste Gut zu erringen, darzustellen. Ebenso wird damit auch die Ohnmacht und Hilflosigkeit jenes Lebensdranges charakterisiert, welcher alles Wachsende unter das Gesetz der möglichst vollständigen Selbsterfüllung zwingt, wobei die Umwelteinflüsse in mannigfaltigster Form jeder Individuation die größten Hindernisse in den Weg legen.» (9) «Das rings von psychischen Mächten beschützte, getragene oder bedrohte und betrogene Bewusstsein ist Urerfahrung der Menschheit. Diese Erfahrung hat sich projiziert im Archetypus des Kindes, welches die Ganzheit des Menschen ausdrückt. Es ist das Verlassene und Ausgelieferte und zugleich das Göttlich-Mächtige, der unansehnliche, zweifelhafte Anfang und das triumphierende Ende. Das (ewige Kind) im Menschen ist eine unbeschreibliche Erfahrung, eine Unangepasstheit, ein Nachteil und eine göttliche Prärogative, ein Imponderabile, das den letzten Wert und Unwert einer Persönlichkeit ausmacht.» (10)

«Seine Schicksale gehen nicht durch seine Hand»

{558} Dieser Satz C. G. JUNG's gibt die Lebenssituation des Kindseins treffend wieder. «Das kindhafte Bewusstsein ist immer mit Vater und Mutter verbunden und nie allein.» Es wäre falsch, auf dieser Entwicklungsstufe bereits in dem Sinne von Abhängigkeit zu sprechen, wie wir uns das als Erwachsene vorstellen. Natürlich bestehen vielfältige, bereits dargestellte Abhängigkeiten in Formen engster Verbindung, symbiotischer Lebensweise bis hin zur Identifizierung mit den Eltern. In jeder seiner Äußerungen ist das Kind mit Vater und Mutter verbunden. Seine Gefühle antworten auf Äußerungen und Handlungen der Eltern, seine ersten Eindrücke von der Welt werden ebenfalls durch die Augen der Eltern mitgesehen. Auch erlebt es die Reaktionen der Eltern, vielleicht auch der Geschwister, auf seine eigenen spontanen Gefühle, sodass die Eltern auch hier wichtige Maßstäbe setzen. Jede Frage wird von den Eltern beantwortet, die langsam wachsende Wahrnehmungs- und geistige Welt, das Weltverständnis trägt den Stempel elterlicher und familiärer Einflüsse. Deshalb ist es außerordentlich schwierig zu spüren, was man trotz dieser Einwirkungen auch noch ist. Theoretisch sollte man hier noch nicht von Projektionen sprechen, sondern von einem Stadium primärer Identität.

(11) Allmählich merkt das Kind, dass es auch eine eigene Person ist, mit eigenen Bedürfnissen, Gedanken und Affekten. Erst wenn diese Unterscheidung möglich wird, lässt sich Projiziertes von Eigenem unterscheiden. Diese Tatsachen sollten nur noch einmal skizzenhaft aufgezeigt werden, um die Lebenssituation der Kindheit genauer anzugeben. Das Bewusstsein eines kindlich geliebten Menschen ist nie allein, schreibt JUNG. Alle Bewusstseinsinhalte tragen noch den prägenden Stempel elterlichen Einflusses. Die Eltern sind einfach immer mit anwesend, in Gedanken, Gefühlen, Hemmungen und Hoffnungen. Hier sind allerdings verschiedene Grade der Unfreiheit voneinander zu unterscheiden. Symbiotische Verbindungen mit den Eltern können sich zum Beispiel darin äußern, dass jemand überhaupt nicht in der Lage ist, «einen eigenen Gedanken zu denken» oder «eigene Entschlüsse zu fassen». Seine eigenen Grenzen sind noch nicht gezogen, er ist grenzenlos offen und damit allen Einflüssen ausgeliefert. Sein Bewusstsein ist dadurch allen mit väterlicher oder mütterlicher Autorität ausgestatteten Personen und Institutionen anheim gegeben. Was einst lebensfördernde und -erhaltende Verbundenheit war, wird jetzt zur grenzenlosen Abhängigkeit. Auf ähnliche Weise kann die Gewissensinstanz völlig mit Vater oder Mutter verbunden sein. Gedanken, Skrupel, Ängste gehören zumindest teilweise in den Bereich des Bewusstseins und sind dem Ich zugänglich. Wir müssen dabei voraussetzen, dass längst nicht alle verinnerlichten Normen bewusst sind oder bleiben. Die hier angesprochene Verbundenheit zeigt sich darin, dass eigene Wünsche, Gedanken und Gefühle sofort den verinnerlichten (Eltern-) Normen unterworfen und häufig für falsch befunden werden. «Was ich tue, ist sowieso falsch», so oder ähnlich wird diese Lebenslage in der Praxis beschrieben. Die Gefühle werden nur teilweise bewusst, negative Affektanteile, wie Wut und Hass, werden automatisch abgespalten. Die Wächter an der Grenze des Bewusstseins erfüllen und bewachen die elterlichen Gebote und damit auch die Normen der Gesellschaft.

{559} C. G. JUNG versucht die beschriebene Form der Verbundenheit des Bewusstseins mit den Elternfiguren («nie allein») auch energetisch zu erklären: «Die nicht verwendete Libido bleibt unweigerlich in der unbewussten endogamen Beziehung zu den Eltern stecken und macht das Individuum in wesentlichen Stücken unfrei.» Diese «Stücke» sind von Schicksal zu Schicksal verschieden. Jeder muss versuchen, sich darüber klar zu werden, in welchen Bereichen seiner psychischen Entwicklung er noch ohne Grenze und damit ohne eigenes Profil ist. Das Kind verfügt über einen sehr großen Energieüberschuss, der die Zukunftsbewegungen des Organismus trägt. Zur Bewältigung der augenblicklichen Situation wird immer ein gewisser Teilbetrag dieser Energie verbraucht, es stehen aber, eine einigermaßen normale Entwicklung vorausgesetzt, genügend Energiebeträge für neue Aufgaben zur Verfügung. In gewissen Grenzen ist dies auch in späteren Lebensjahrzehnten noch der Fall. Werden diese Energien nicht im Sinne der progressiven Bewegung verwendet, so fließen sie in das breite Flussbett einer endogamen, ernährenden, schützenden und Geborgenheit bietenden (Eltern-) Beziehung zurück. Das kann Zustände völliger Lähmung verursachen. Der Betroffene hat das Gefühl, zu keiner eigenen Handlung fähig zu sein, die Schatten der Eltern, die zu ihnen zurückgeflossene Libido, blockiert den gesamten Lebensprozess. Äußerlich kann ein solcher Mensch in eine völlige Starre versinken, er schweigt und ist nicht ansprechbar. Er bleibt dann auch entsprechenden Gefühlen und Affekten, wie einer ständigen Traurigkeit oder ohnmächtigen Wut, die sich in Reizbarkeit zeigen, ausgeliefert. Als Partikel dreht man sich weiter, dreht sich mit um die Achse eines fremden Systems und wird von dessen Kräften in dessen Bahnen gehalten.

{560} Zu bedenken ist, dass sich die auftretenden Gefühle und Affekte meistens als Protestaktionen gegen dieses Eingebundensein in das fremde System verstehen lassen. Sie wollen den, der auf diese Weise gebunden ist, in sein eigenes Zentrum drängen oder ziehen, von dem her die nur scheinbar schwer verständlichen Gefühle und Gedanken bestimmt sind. Dies wäre das theoretische Konfliktmodell zum Verständnis der Situation der Abhängigkeit: es gibt immer zwei Zentren, die je eigene Drehbewegungen verursachen und den einzelnen in den Bann ihrer Schwerkraft ziehen. «Soll ich mich nun nach der Meinung meiner Eltern oder nach meiner eigenen richten?» Dieser Konflikt zeigt sich als Grundstruktur in unendlicher Variationsbreite. Der Betroffene schildert ihn oft als Zerreißprobe und drückt damit die Wirkung der gegensätzlichen Kräfte aus. C. G. JUNG bezieht sich auf einen Denkansatz, der erst in neuerer Zeit ein unentbehrliches Hilfsmittel zum Verständnis familiärer und gesellschaftlicher Zusammenhänge geworden ist: die Systemtheorie. Hier sei nur erwähnt, dass JUNG die Psyche und die Familie schon sehr früh in seinen Schriften als solche Systeme aufgefasst hat. Jedes Kind ist Teil eines größeren Systems, zunächst der Familie. Es beeinflusst dieses System durch seine Existenz, verändert dessen Dynamik schon allein durch seine Anwesenheit wie dadurch, dass es später die Familie wieder verlässt. Wir kennen die gewaltigen Veränderungen, die mit der Geburt des ersten oder vielleicht des sechsten, nicht mehr erwünschten Kindes verbunden sind. Der Lebensprozess des Kindes wirkt auf die anderen Systeme (=Familienmitglieder) ein, belebt oder hemmt sie und ruft unter Umständen ganz neue, bisher nicht

beobachtete Reaktionen hervor. «Seit wir unser drittes Kind haben, ist eine unerklärliche Unruhe in der Familie, es ist nicht mehr wie früher.» Die Eltern schildern sich als nervös, die anderen Geschwister streiten sich heftiger als zuvor, die Großeltern mischen sich mehr ein. Und so, wie es einmal gewesen ist, wird es in diesem System nie wieder werden. Systeme befinden sich in ständiger Veränderung, sie bedingen sich gegenseitig immer wieder neu.

{561} Das schon eingeflochtene sprachliche Bild «sich um die eigene Achse drehen» deutet an, was gemeint ist und was täglich geschieht oder unterbleibt. Es gibt bestimmte, wenn auch nie genau definierte Zeitpunkte, von denen an das Schicksal in die eigene Hand genommen werden muss. Wird dieser Zeitpunkt, der mehrfach {562} wiederkehrt, immer wieder verpasst, so sind neurotische Entwicklungen die unausbleibliche Folge.

Seine Familie stellt die Ganzheit dar

{563} Der Wert der Familie steht trotz begründeter Bedenken und klarer Einsichten in ihre zerstörerischen Wirkungen (12) außer Frage. Wir haben Familienministerien, die Familientherapie ist zu einer weltweit aufgenommenen Bewegung geworden, und der Schutz des wachsenden Lebens scheint in der Familie immer noch am besten gewährleistet zu sein. Eines unserer wichtigen Mythologeme ist die Heilige Familie, deren Schicksal wir uns zum Weihnachtsfest jährlich neu vergegenwärtigen. Mythologische Erzählungen aller Art und die mit ihnen verbundenen Riten führen immer wieder an die entscheidenden Anfänge einer Kultur oder der Stammesgeschichte zurück. Ihre ständige Wiederholung erhält das kulturelle Erbe und die Einheit des kollektiven Bewusstseins einer Gruppe der Kultur. (13) Wir können uns durchaus die Frage stellen, wie die soziale Entwicklung des Abendlandes ohne das prägende Vorbild einer «Heiligen Familie» verlaufen wäre. Hätten wir die bürgerliche Kleinfamilie in ihrer uns bekannten und bedrängenden Form entwickelt? Stünden wir vor so ausgeprägten wechselseitigen Abhängigkeiten zwischen Kindern und Eltern, wie wir sie nicht nur in der psychotherapeutischen Praxis täglich kennen lernen? Hätte «Vater Staat» jene Macht über uns gewonnen, die wir in der Geschichte beobachten können? Hätte der «Schoß der Mutter Kirche» die bekannte, wenn auch eher der Vergangenheit angehörende Bedeutung bekommen oder wären wir mehr mit dem Vater Himmel und der Mutter Erde verbunden geblieben? Selbstverständlich hat die bürgerliche Kleinfamilie noch andere Wurzeln. Sie ist sicher auch eine Folge des Spätkapitalismus und von der im Christentum verankerten Verantwortlichkeit des Ich und du füreinander mitgeprägt. Trotz des nicht zu unterschätzenden Einflusses äußerer Gegebenheiten sollte hier an die prägende Wirkung mythologischer Bilder erinnert werden, die die Welt ebenfalls «nach ihrem Bilde» gestalten.

{564} In der Sprache der analytischen Psychologie stellt das Selbst die höhere umfassende Persönlichkeit dar, das steuernde und damit auch das wissende Zentrum, worauf ich schon mehrfach hingewiesen hatte (siehe auch Kapitel 11). Bilder des Selbst werden mit Gefühlen hohen und höchsten Wertes verbunden. Häufig sind es heilig gehaltene Meditationsbilder, wie C. G. JUNG das für die tibetischen Mandalas nachgewiesen hat. Die meisten in quadratischer, kreisförmiger oder sonst symmetrischer Form dargestellten heiligen Bilder entsprechen in ihrer Grundstruktur den Symbolen, denen wir in den Mythen, den Träumen und auch den unbewussten schöpferischen Gestaltungen im Laufe therapeutischer Prozesse begegnen. (14)

{565} Die theoretische Annahme, dass von Seiten des Kindes auch der Archetypus des Selbst zunächst auf die Familie projiziert wird, ermöglicht für wichtige Fragen erklärende Hypothesen. Es liegt in der Natur des Kindseins, dass die einzelnen Persönlichkeitskomponenten noch kaum entwickelt und längst nicht zu einer Gesamtheit zusammengewachsen sind. Sie bestehen wie Inseln nebeneinander, und erst langsam gewinnt auch das Ich seine synthetischen Fähigkeiten und das Individuum ein Gefühl für seine Identität und Kontinuität. Am Anfang sind die eigenen Persönlichkeitsanteile weitgehend auf die Familienmitglieder projiziert und werden von diesen personifiziert. Das eigene Sein sowie Sein und Art der anderen sind noch ununterschieden. Die symbiotische Lebensform stellt eine Einheit und Ganzheit von Kind und Familie dar. Nur sehr langsam bildet sich die eigene Persönlichkeit des Kindes auch für dessen Selbsterleben heraus. Innen und Außen, Eigenes und Fremdes, Ich und Nicht-Ich sind nur der Möglichkeit nach voneinander zu trennen. Die symbiotische Lebensform ist jedoch angesichts der Hilflosigkeit des Menschenkindes lebensnotwendig. Ebenso notwendig und zugleich möglich ist ihre Auflösung, auch wenn sie häufig nur teilweise vollzogen wird. Deshalb dürfte es bis ins Erwachsenenalter hinein für viele Menschen so wichtig sein, dass die Familie eine geschlossene Einheit bleibt. Der Zerfall der Familie wird unbewusst mit dem Zerfall der eigenen Persönlichkeit assoziiert, der Verlust der Familienmitglieder bedeutet den Verlust eigener Persönlichkeitssubstanz. Das muss so sein, so lange die Systemmitglieder noch wesentliche Teile meiner eigenen Potenzen und Fähigkeiten verkörpern. Vor diesem theoretischen Hintergrund sind auch die manchmal katastrophalen Persönlichkeitsentwicklungen zu sehen, die beim Tode naher Beziehungspersonen beobachtet werden und die bis zu einer psychotischen Dekompensation reichen können. Viele Betroffene formulieren es ja auch so, dass mit dem Verstorbenen ein Teil ihres eigenen Selbst von ihnen gegangen ist. Das setzt nicht einmal voraus, dass man sehr lange miteinander gelebt hat. Verliert eine werdende Mutter ihr Kind, so können von diesem Tod fast magische Wirkungen auf die Mutter ausgehen. Sie spürt plötzlich Todessehnsüchte und das Bedürfnis, auch selbst in jenes Reich hinüberzugehen, in dem sie ihr Kind jetzt wähnt. Eine junge Frau, die ihren Verlobten durch Selbstmord verlor, geriet über längere Zeit in den Zustand einer Bewusstseinsstrübung, den sie selbst nur so beschreiben konnte, dass sie überhaupt nicht mehr «richtig da sei». Erst langsam zeigte sich, dass sie mit diesem Mann «grenzenlos» im vorhin angegebenen Sinne verbunden war. Sein Tod zog sie mit, sie verlor buchstäblich wesentliche Teile ihres Selbst und ihrer Lebensgrundlage.

{566} C. G. JUNG hat besonders darauf hingewiesen, dass die Lösung von den Eltern und das Heraustreten aus dieser Selbst-Projektion auf die Familie im wesentlichen über eine erotische Beziehung geht. In der Liebesbeziehung findet die Libido ein neues Gefälle, das eine Ablösung ermöglicht. Bricht in eine solche wachsende Beziehung der Tod ein, so ist mit einem «Seelenverlust» zu rechnen, wie es in früheren Zeiten hieß. Beschäftigt man sich mit seelischen Phänomenen, so entdeckt man den Sinn dieser alten Sprachformen wieder. Wir können es auch heute noch nicht besser ausdrücken, als dass in Form der Projektion Teile des eigenen Selbst hinaus verlegt und damit an andere Personen gebunden bleiben. Wenn wir von Identität mit einer anderen Person sprechen, und gerade das hatte den Zustand des Kindes in der Familie gekennzeichnet, so heißt das nichts weniger, als dass wir zugleich diese Person sind. Wenn es diese Person also nicht mehr gibt, so gibt es auch uns nicht mehr. Das mag zunächst fantastisch klingen, entspricht aber völlig der empirischen Beobachtung. Erst nach und nach gelingt es, sich von den äußeren Objekten zu unterscheiden und ein System mit eigener Achse zu werden.

{567} Diesen von JUNG beschriebenen Befunden ist die Auffassung der heutigen Familienforschung eigentlich nur als Beschreibung von einer anderen Zeit her hinzuzugesellen: So wie die Familie Aspekte meines Selbst personifiziert und verkörpert, so personifiziere ich natürlich ebenso Ganzheitsaspekte meiner Familie. Vor diesem Hintergrund wird das Gefühl der Befreiung verständlich, wenn ein mich umklammerndes Familienmitglied durch Tod oder andere Schicksalsentwicklungen aus dem Familienverband ausscheidet. Es ist, als hätte dieses Mitglied einen Teil von mir geraubt und bei sich festgehalten, der erst jetzt zu mir zurückkehren kann. Familiendynamisch gesehen verlaufen solche wechselseitigen Beziehungen nicht immer synchron. Es ist durchaus möglich, dass jemand schon einen größeren Grad von Unabhängigkeit erreicht hat als andere Familienmitglieder. Das wird zum Teil auch durch Altersunterschiede bedingt. Geschwister beklagen sich häufig, dass sie vom anderen für diesen oder jenen Zweck ausgebeutet werden. Ein häufiger Fall ist, dass sich ein Geschwisterteil regelmäßig vom anderen Geld leiht, weil es mit seinen Finanzen nicht zurechtkommt. Hier lebt der Gebende die Sparsamkeit, die der andere bei sich nicht verwirklicht. Diese Seite seiner Persönlichkeit personifiziert der Finanzkräftigere, der deshalb regelmäßig in Anspruch genommen und ausgebeutet wird.

{568} Jedes Familienmitglied hat im Gesamtverband spezifische Funktionen, die häufig nur undeutlich zu erkennen und den einzelnen Familienmitgliedern noch schwerer bewusst zu machen sind. Hier handelt es sich wieder um jene Selbstverständlichkeiten, die spontan nie in Frage gestellt werden.

{569} Das von C. G. JUNG gezeichnete Schema gegenseitiger Personifizierung wird heute in der Familienforschung durch den Begriff des Familiengleichgewichts ausgedrückt. Wenn JUNG annimmt, dass die künftige Ganzheit eines Kindes am Anfang des Lebens durch seine Familie dargestellt wird, so wird in dem Ganzheitskonzept auch gleichzeitig der Aspekt der Selbststeuerung, der Vollständigkeit und damit der Ausgeglichenheit mitgedacht. Das Ganzheitskonzept der analytischen Psychologie bietet einen brauchbaren theoretischen Hintergrund und damit ein Erklärungsmodell für die offenbar immer wieder hergestellte Familienhomöostase. So lange die Ganzheit im Einzelnen noch nicht verwirklicht ist, muss sie mit Hilfe äußerer Komponenten hergestellt und erhalten werden. Deshalb ist es nur unter der Voraussetzung einer im Sinne dieser persönlichen Ganzwerdung zu verstehenden Individuation möglich, sich von der Ursprungsfamilie wirklich abzulösen. Eine vorzeitige Ablösung kann schädlich sein, weil bestimmte, vital wichtige Aspekte der Persönlichkeit nicht mehr im buchstäblichen Sinne verkörpert sind. Sie sind ihrer Existenzmöglichkeit und damit auch ihrer funktionalen Bedeutung beraubt. So erklärt es sich, dass gerade in jungen Ehen die Partner wechselseitig zu ihren Eltern zurückstreben, weil diese noch jene Persönlichkeitsanteile verkörpern, die sie selbst noch nicht zu leben vermögen. In den Auseinandersetzungen junger Partnerschaften ist das Werden der eigenen Persönlichkeit noch bedroht. Die lebensgefährlichen Bedrohungen, denen die Heldenkinder in den Mythen ausgesetzt sind, spiegeln die erheblichen Schwierigkeiten wider, die mit jeder Ganzwerdung und Vervollständigung verbunden sind. Um dieser Bedrohung entgegenzuwirken, kehrt man gerne in den Schoß der eigenen Familie zurück, zwingt auch den Partner zum sonntäglichen Kaffeetrinken dorthin oder möchte wenigstens einmal pro Woche in der eigenen Familie zu Mittag essen. Dieses Wohlgefühl, das sich dann häufig einstellt, mag es auch von einem leisen Unbehagen begleitet sein, deutet an, dass die Ganzheit der Person in dieser Rollenverteilung der Familie wieder hergestellt ist, allerdings in regressiver Form, die dem jetzigen Alter und Entwicklungsstand nicht mehr entspricht.

{570} Wir vertreten deshalb die These, dass die Aufspaltung beziehungsweise mangelnde Ganzheit der Persönlichkeit einen wichtigen Faktor der persönlichen Gleichgewichtsstörungen und der infantilen Abhängigkeiten von der Familie darstellt. Man bleibt ein Partikelchen im rotierenden System der Ursprungsfamilie. JUNG sprach davon, dass die mühsam integrierten Persönlichkeitsanteile auch wieder nach außen gezogen werden können, was einem erneuten Verlust der eigenen Mitte gleichkommt. Diese Formulierung gewinnt vor dem Hintergrund der Familiendynamik einen konkreten Sinn. Sprachlich beschreiben Patienten den Zustand der Abhängigkeit häufig damit, dass es sie einfach in die eigene Familie oder in ihr Elternhaus «zurückzieht». Sie werden förmlich aus ihrem eigenen Zentrum und ihrem eigenen Lebenskreis heraus- und wieder in das familiäre Milieu hineingezogen. Das ist schon äußerlich ein gewichtiger Faktor, er wird aber um so bedeutsamer, je mehr man die verinnerlichteten Familienstrukturen mitdenkt. Wir übernehmen ja nicht nur Normen und Lebensregeln, sondern auch Formen des Miteinander-Umgehens, Beziehungsmuster, sogar die Gefühle, die «man» dabei hat. Die fremden, wenn auch seit langem bekannten Lebens- und Erlebensformen verdecken das Zentrum der Person und hemmen die Entfaltung des Identitätsgefühls. Ich weiß eher, woher ich komme, als wer ich bin.

{571} Zusammenfassend können wir das von JUNG vorgelegte Konzept als das einer wechselseitigen Personifizierung

eigener persönlicher und unbewusster Anteile der einzelnen Familienmitglieder sehen. Diese Wechselseitigkeit macht die Komplexität der Familiensysteme aus. Das ganze Spiel von Projektion, Introjektion, Identifikation usw. ist hier einzubeziehen. Die Projektion des eigenen Selbst in seinen noch nicht vereinigten und realisierten Anteilen auf Familienmitglieder ist entwicklungsgeschichtlich ein ganz normaler und unbedingt notwendiger Vorgang. Fehlt die Familie, so fehlen wesentliche Entwicklungsmöglichkeiten. Aber das Nicht-Ablösen dieser Projektionen von den Familienmitgliedern, dem Gesamtsystem der Familie, dem «Zuhause», und die damit erstarrte Symbiose mit den Elternfiguren, beziehungsweise die erstarrten Beziehungen zur Familie, sind dagegen ein pathologischer Prozess. Von amerikanischer Seite ist das besonders für die «schizophrene Mutter» nachgewiesen worden. Wesentliche Impulse der Familienforschung kommen aus dem Studium pathologischer Familienstrukturen, die unter anderem schizophrene Patienten als Mitglieder haben. Immer wieder hat sich bestätigt, dass der Mutter-Kind-Symbiose für die Krankheitsentstehung eine hervorragende Bedeutung zukommt. «Das Problem der Mutter-Kind-Symbiose, die eine normale Entwicklungsphase darstellt, scheint darin zu bestehen, dass sie nicht endet und sich in eine pathologische Symbiose verwandelt, die die Ich-Entwicklung schwer beeinträchtigt und das Kind jeder Möglichkeit einer individuellen Entwicklung, der Integration und der Ausbildung eines eigenen Gefühls der Identität beraubt. Diese pathologische, statische Symbiose, eingebettet in eine Familienstruktur, die offensichtlich zu ihrer Existenz beiträgt (wobei die Rolle des Vaters nicht die geringste ist), wird als eine intensive gegenseitige Abhängigkeit beschrieben, die für keinen der Beteiligten eine Möglichkeit des Wachstums zulässt und die das Kind unter Drohung der völligen Isolation akzeptieren muss ... In diesem Anpassungsschema ist das Kind in vieler Hinsicht <Mutter> für seine Mutter, ein Instrument, das sie benötigt, um ihren eigenen manifesten psychotischen Zusammenbruch zu verhindern.» (15) Für die Selbsterkenntnis ist es wichtig, die eigenen Auffassungen über Eltern und Familienmitglieder, ja über die Familie und die Heimat überhaupt, durchzugehen. Was mir wichtig und besonders heilig ist, vielleicht im Gegensatz zu anderen Auffassungen, dürfte meinem eigenen Selbst nahe stehen.

{572} In einer Gruppe konstelliert sich rasch wieder eine familiäre Struktur. Die einzelnen Gruppenmitglieder repräsentieren Aspekte der eigenen Ganzheit, einzelne vielleicht sogar den Aspekt des Selbst, von dem besondere Faszination und Wirkung ausgeht. Damit liegen in einer analytisch orientierten Gruppentherapie echte Chancen zur Bewusstwerdung und zur Heilung.

{573} Der Aspekt der Projektion des eigenen Selbst ist ein besonders wichtiges Kapitel der familiären Beziehungen. Im Selbst kommt in individueller Form die menschliche Totalität zum Ausdruck. Hier geht es um Kernfragen unserer Existenz. Dass das - auch eigene - Selbst mit so großer Faszination betrachtet wird, hängt nach Auffassung der analytischen Psychologie weniger damit zusammen, dass Reste infantiler und narzisstischer Größenvorstellungen lebendig geblieben sind, sondern damit, dass es, als Zukunfts- und Zielvorstellung, die Summe meiner Möglichkeiten repräsentiert. Die Vorstellungen von einem infantilen Größenselbst können als Frühform der geahnten Totalität einer Person verstanden werden. C. G. JUNG hat immer wieder darauf hingewiesen, dass die Kindheit auch jene Zeit der Träume und Visionen ist, die sich zu Utopien verdichten, von denen unsere Zukunftsfantasien leben. Die verbliebenen narzisstischen Größenvorstellungen im Erwachsenen wären eine zwar unkorrigierte und abgespaltene, aber doch eine Repräsentation des Selbst. Wird dieses Selbst auf ein äußeres Objekt oder ein System wie die Familie projiziert, entstehen Beziehungen von besonderer Faszination und Abhängigkeit, häufig auch von besonderer Tragik. Weil diese Beziehungen die zentrale Form und tragende Idee meines Lebens darstellen, haben die entsprechenden Projektionsträger des Selbst eine so außergewöhnliche Stellung im Leben. Die Abhängigkeit wird konsequenterweise als schicksalhaft, häufig sogar als eine Frage auf Leben und Tod erlebt. Stellt das Selbst die optimale und vollständige Form meiner Autonomie dar, so wird klar, wie abhängig ich sein und bleiben muss, wenn das Selbst nicht bei mir, sondern noch in einem fremden System enthalten ist. Wir können hier viele Grade einer völligen Heteronomie (Fremdbestimmung), wie sie etwa im frühkindlichen Stadium gegeben ist, bis hin zur Autonomie (Selbstbestimmung) auf einer Skala unterscheiden. Totale Projektion des Selbst ist gleichbedeutend mit völliger Fremdbestimmung. Alle Gesetze kommen von außen. Autonomie heißt, dass ich die besonderen Gesetze meines Lebens auch selbst kenne und ihnen gemäß leben, beziehungsweise mich ihnen und zum eigenen Selbst hin öffnen kann. Das bedeutet nicht, wie manchmal der «Individuationsprozess» verstanden wird, dass ich ein allein auf mich bezogener Mensch bin, wohl aber, dass die Form meines Umgangs mit meinen Mitmenschen sehr persönlich wird und meinen Stempel trägt. Meinen Gesetzen gemäß zu leben heißt ja auch, die Gesetze menschlicher Existenz in mir, wenn auch in individueller Form, anzuerkennen. In diesem Sinne ist der Satz von C. G. JUNG zu verstehen, dass die Beziehung zum Selbst zugleich die Beziehung zum Mitmenschen ist, aber keiner einen Zusammenhang mit diesem hat, er habe ihn denn zuvor mit sich selbst.

Das Opfer

{574} Uns modernen Menschen ist das Gefühl für den Sinn eines Opfers weitgehend verloren gegangen. In früheren Zeiten waren Opfer ein wichtiger Teil des kulturellen und religiösen Lebens. Trotzdem sollte nicht übersehen werden, dass das Opfer Christi der zentrale Inhalt der christlichen Religion geblieben ist. Auch die Alltagssprache weiß um die Notwendigkeit, gelegentlich etwas opfern zu müssen. Opfern heißt, bewusst auf Wertvolles, Liebgewordenes und Gewohntes zu verzichten. Es bedeutet völlige Trennung oder sogar Übereignung des Geopferten an andere Instanzen. Deshalb ist opfern mit Schmerz, auch mit dem Gefühl des Verlustes oder einer grundlegenden Veränderung des Lebens verbunden. Nach dem Opfer hat sich Wesentliches verändert. Das gilt auch für den Alltag. Wer aus

Gesundheitsgründen auf gewohnte Lebensgenüsse verzichten muss, bringt seiner Gesundheit ein Opfer. Wir wissen auch, dass, wenn wir das eine haben wollen, wir das andere opfern müssen. Ein Opfer setzt bewusste Entschlüsse voraus, Entscheidungen, bei denen eine Trennung immer mit enthalten ist, wie die Sprache sagt. Im Zusammenhang mit kindlichen Wünschen und Einstellungen von «opfern» zu sprechen, könnte angesichts der Bedeutung dieses Wortes in religiösen Zusammenhängen vermessen erscheinen. Dennoch zeigte die Erfahrung unmissverständlich, dass wir sehr an alten Gefühlen und Gewohnheiten hängen und uns nur mühsam entschließen, zum Beispiel die Rolle des Unverstandenen, die viel Gewinn und Zuwendung brachte, aufzugeben. Dazu bedarf es solcher Kraftakte und Verzichtleistungen, wie wir sie vom Opfer her kennen. Deshalb erscheint es mir gerechtfertigt, in diesen psychologischen Zusammenhängen von echten Opfern zu sprechen. Damit verbinde ich die Annahme, dass auch die Opfer in einem natürlichen Lebenszusammenhang gesehen werden müssen und nicht nur auf ihre repressiven und masochistischen Anteile hin untersucht werden dürfen. Offensichtlich bedürfen die natürlichen Wachstumsgesetze des menschlichen Organismus eines zusätzlichen bewussten und kulturbestimmten Einschnittes. Die Ablösung aus den Elternbindungen ist ohne bewusste Willensakte nicht zu leisten. Die Initiationsriten bei vielen Eingeborenen-Stämmen dienen unter anderem diesem Zweck. Nachdem vielfältige Mutproben durchgestanden sind, kehren die Jünglinge mit einem neuen Namen in den Stamm zurück. Während ihrer Abwesenheit werden sie von ihren Müttern beweint, sie sind gestorben und werden von ihnen nach ihrer Rückkehr in den Stamm auch nicht wiedererkannt. Der neue Name bedeutet eine neue Existenz. Die Mutter musste ihre festhaltende Beziehung zum Sohne, der Sohn seine regressiven Wünsche nach Verbleiben im Elternhaus buchstäblich töten und damit opfern.

{575} Was in der heutigen Zeit geopfert werden muss, variiert von Mensch zu Mensch: So kann es zum Beispiel sehr schwer sein, vom geliebten und mit viel Mühe gestalteten Bild der guten und dankbaren Tochter oder des entsprechenden Sohnes Abschied zu nehmen. Über lange Jahre sonnte man sich in dem elterlichen Lob, dass man seinen Eltern nur «Freude mache». Aber es kann der Zeitpunkt kommen, wo man die Eltern unter Umständen tief enttäuschen und ihnen als sehr undankbar erscheinen muss. Was hier zu opfern ist, ist das Selbstbild des guten Menschen, der man sein will. Oder: Spüre ich die Notwendigkeit, meinen Gefühlen mehr Raum in meiner Lebensorientierung geben zu müssen, so bedeutet das ein Aufgeben der bisher bevorzugt eingenommenen rationalen Einstellung. Auch das klingt unproblematischer, als es in Wirklichkeit ist.

{576} Wer sich daran gewöhnt hatte, die Welt und seine Umgebung ausschließlich aus vernünftigen, logischen und rationalen Ansätzen heraus zu verstehen, versteht sich nur schwer auf die Anerkennung irrationaler, unberechenbarer Kräfte in seinem Leben. Gefühle sind für solche Menschen bedeutungslos, Träume nur Schäume. Die dann notwendige grundsätzliche Umorientierung kommt schon einer Umwertung wichtiger Lebenswerte gleich und kann durchaus als - notwendiges - Opfer angesehen werden. Zunächst wenigstens, denn die alte, mit der Denkfunktion eng verbundene Bewusstseinshaltung wird in das Ganze der Person, allerdings relativiert, hineingenommen und behält seinen Stellenwert.

{577} Wie das Opfer ist auch der Verzicht eine Herausforderung, zum Beispiel auf Anerkennung und Ruhm oder auf noch gehegte kindliche Versorgungswünsche. Opfern heißt ganz verzichten, töten. Ein Opfer zu bringen, ist aber keineswegs nur eine masochistische Haltung. Zur rechten Zeit und am rechten Ort ist es eine lebens- und entwicklungsfördernde Notwendigkeit. Auch eigene Lieblingsideen, wie zum Beispiel «der Unverstandene» zu sein, können Inhalte des Opfers werden.

Kraft und Zukunft

{578} Im Menschenverständnis der analytischen Psychologie spielen Zukunft und Zielorientiertheit der Wachstumsprozesse und des Organismus eine wichtige Rolle. Wir können einen Menschen aus seiner Lebensgeschichte heraus nur zum Teil verstehen. Fast wichtiger als das Warum und das Woher ist das Wohin. Wohin ist dieser Mensch auf dem Wege, welche Ziele sind ihm vorgegeben, was sind seine Aufgaben? Heute können wir diese Zukunft bis in den mikrobiologischen und biochemischen Bereich verfolgen. Aller kleinste Strukturen und in ihnen angeordnete Moleküle bestimmen, was einmal aus diesem Organismus werden wird. Es handelt sich um Keime künftiger Möglichkeiten, die auf diese Weise angelegt sind und das Weiterleben garantieren. Hoffentlich noch lange folgt auf jedes Heute ein Morgen und auf jeden Regen wieder Sonnenschein. Die Zukunft ist ein so selbstverständlicher Aspekt allen Geschehens, dass es lange brauchte, bis wir ihn bewusst in unserem Verhalten wahrnahmen und von anderen Aspekten unterscheiden lernten sowie über die Zielorientierung des Menschen, auch im therapeutischen Bereich, nachzudenken begannen.

{579} Wenn in alten Zeiten der «Weg» eine so ausschlaggebende Rolle spielte, dass C. G. JUNG sogar von einem «Archetypus des Weges» sprach, so ist dies ein wichtiger Hinweis für die Bedeutung des Auf-dem-Wege-Seins. Heilige Handlungen waren und sind häufig mit heiligen Wegen, Prozessionen und Pilgerschaften verbunden. Man bewegt sich auf ein neues, wichtiges und größeres Ziel zu, symbolisch die Gegenwart überschreitend. Im Kapitel über die Zeit hatte ich schon eingehender auf diese Frage hingewiesen. Zentrale Lebensdimensionen stellen sich in entsprechenden Mythologemen und in Bildern der Psyche dar. Alle grundlegenden Lebensbereiche können in der Psyche als Bilder erscheinen. Das Bild ist ebenso wichtig und notwendig für Entwicklung und Erhaltung des Lebens wie das Wort und die abstrakte Idee. Auch Ideen werden häufig in Bildern dargestellt.

{580} Ein wichtiges Bildmotiv der Zukunftsdimension und ihrer Kraft ist das Kind. Es stellt das Symbol des werdenden Lebens, des über die Gegenwart hinausreichenden Lebens dar. Wie wichtig diese Dimension ist, zeigt das in

vielen Kulturen bezeugte Vorkommen eines göttlichen Kindes. Damit werden wiederum Kinder Träger des höchsten Wertes, wie wir es bei der Familie schon gesehen haben.

580.1. Das Kindmotiv ist ein archetypisches, allgemein vorkommendes und in jedem Menschen wieder entstehendes Bild. Seine Bedeutung ist universell und in den eingangs aufgeführten Äußerungen C. G. JUNG's angegeben. Eine tragfähige Grundlage gesunden Selbst- und Zukunftsvertrauens ist es, wieder zu wissen, gestützt auf persönliches Erleben, dass das Kind in jedem Menschen «wohnt». Sein Auftauchen in Fantasien und Träumen ist somit Abbild jenes aufgehenden Lichtes, das mit ihm in unserer Kultur verbunden ist. Ohne eine solche archetypische und in jedem Falle vorchristliche psychische Struktur würde uns das Krippenbild kaum beeindrucken und schon gar nicht 2000 Jahre lang. Nur die vorgegebene Struktur der Psyche konnte das ermöglichen und kann es als belebendes Element immer neu aufnehmen. Es ist ein noch lebendiges Symbol. Deswegen können wir aus seiner Betrachtung Kraft und Mut schöpfen, unsere Zukunft zu bewältigen. Im Kind finden wir die instinktiv in uns angelegten Möglichkeiten wieder. Das Kind repräsentiert in gewissem Sinne nicht nur das weitere, sondern sogar die Ewigkeit des Lebens. Diese Sehnsucht ist trotz aller rationalen Aufklärung und unseres Wissens um die Unmöglichkeit ihrer Realisierung weiter lebendig.

{581} Trotz seiner Kraft und Lebenschancen ist ein Kind immer gefährdet und bedarf der Fürsorge. Dabei kann es schwer herauszufinden sein, wie es zu schützen oder zu retten ist. Diesen Sachverhalt stellt folgender Traum einer Frau dar: «Meine Tochter war ein kleines Kind. Sie war krank und lag auf einem schalenförmigen Blatt, das auf einem See schwamm. Es sah aus wie eine große Seerose. Ich lief ganz verzweifelt am Ufer entlang, weil ich niemanden fand, der ihr half. Ich sagte: Es muss doch jemanden geben, der ihr helfen kann.» Hier erscheint das bekannte Motiv des ausgesetzten und bedrohten Kindes, das den meisten Lesern aus der Geschichte des israelischen Propheten Mose bekannt sein dürfte, wieder. Allerdings hat die Träumerin noch wenig Kontakt zu ihrem Kind gefunden, denn sie hofft immer noch, dass die Hilfe von anderer Seite kommen wird. Häufig stellt es einen sehr mutigen Schritt dar, sich selbst wieder zu seiner Zukunft in all ihrer Gefährdung und in ihrer Eigenart zu bekennen. Das bedeutet auch Aufarbeitung der Vergangenheit, die vielfach belastet und von schmerzlichen Erlebnissen getrübt ist. Keinesfalls sollte man sein Kind sich selbst überlassen. Hilfe, die nicht von mir kommt, beinhaltet erneute Entfremdung.

Hinweise für den Therapeuten

{582} Jede Theorie, die wir der klinischen Beobachtung entnommen haben, bleibt eine Konstruktion, ein Konstrukt. Selbst bei größter Plausibilität unserer theoretischen Annahmen und umfangreichen stützenden empirischen Materials bleibt es ein an die lebendige Wirklichkeit herangetragenem Raster. Die Entwicklung unserer Theorien zeigt ja auch, dass sie jeweils nur bestimmte Seiten des Lebens zu umfassen und zu erklären vermögen.

{583} Die in diesem Kapitel vertretene doppelte Auffassung des Phänomens

{584} «Kind-Sein» ist natürlich unter den gleichen Aspekten zu sehen. Dennoch: gemäß unserem heutigen Stand des theoretischen Wissens ist jedes Verhalten des Patienten, sind seine symbolischen Gestaltungen unter diesen beiden Aspekten zu betrachten. Gehört das Kindische und Unreife mehr zur persönlichen Geschichte, so ist das «archetypische Kind» der Zukunft und dem Wohin des Menschen zuzuordnen. Zugleich stellt das Symbol des Kindes die lebendige vitale Basis des gegenwärtigen Lebens dar, aus dem die Zukunft erwächst. Ein Kind lebt heute. Nach meinen Beobachtungen ist es für den günstigen Verlauf eines therapeutischen Prozesses bedeutsam, dem Patienten einen differenzierten Umgang mit dem Kindmotiv zu vermitteln. Praktisch heißt das, dass er sowohl die Unreife wie die zukunftsweisende Seite sehen lernen muss. Pauschal nur über Infantilismen zu reden und dem Patienten damit das Gefühl zu vermitteln, «eigentlich darf ich nicht so sein wie ich bin», führt nur zu noch größerer Verunsicherung. In der Regel suchen uns die Patienten auf, weil sie schon zutiefst verunsichert sind. Um dem Patienten aber eine solche Betrachtungsweise glaubhaft und notfalls wortlos vermitteln zu können - die Kraft eines Wortes kann man nicht wieder mit Worten darstellen -, muss man auf eigenes Erleben zurückgreifen können. Glaube ich selbst nicht mehr recht an eine oder meine Zukunft, so werde ich nur theoretische Worte finden über die zukünftigen Möglichkeiten meines Patienten. Auch die Abhängigkeit von einer Theorie kann eine Abhängigkeit von einer väterlichen Autoritätsperson sein. Theorien sind Hilfsinstrumente zum Verständnis lebendiger Prozesse, keine Wahrheiten. Auch in der Beziehung zu Theorien gibt es das Erlebnis des Auf-dem-Wege-Seins. Lehne ich mich anfänglich in den Therapien ziemlich eng an die theoretischen Konstrukte an, so lerne ich zunehmend, sie differenzierter und eigenständiger zu handhaben. Damit habe ich diese Theorie zu meinem Werkzeug gemacht. Jeder Therapeut wird seine Akzente setzen, der eine mehr im Hinblick auf die Analyse infantiler Abhängigkeiten, der andere mehr im Blick nach vorn. Zuletzt wird auch der Zustand des Patienten zu entscheiden haben, welchem Aspekt das Hauptgewicht zukommt.

Für den Betroffenen

{585} Die mit dem Kind im archetypischen Sinne angesprochene Zukunft des Menschen ist weitgehend unabhängig von der augenblicklichen Lebenssituation. Damit besteht eine Möglichkeit, die trotz augenblicklicher Ausweglosigkeiten grundsätzlich zugänglich bleibt. Habe ich mich erst einmal dazu entschlossen, die Signale der Psyche aufzunehmen, so werde ich auch ihre Zukunftsrichtung wahrzunehmen lernen. Keime sind häufig winzig klein, ja die Zukunft ist in mikroskopisch kleinen Materieteilchen enthalten. Samenkörner sind winzig, und auch das Kind erscheint äußerst hilflos und abhängig. Dennoch wühlen wir es immer wieder als Symbol des Werdenden und Unzerstörbaren. Manchmal kann es schwierig sein, daran

{586} festzuhalten, und die Seele scheint verstummt. Auch in den Träumen erscheinen keine zukunftsweisenden

Bilder. In Zuständen tiefer Resignation und Depression braucht es manchmal lange Zeit, bis die Bilder der Zukunft wieder erscheinen. Ich will das Leid, das mit diesen Lebensphasen verbunden ist, nicht verkleinern. Aber es hilft, sie durchzustehen, wenn man trotzdem um das Urbild des Kindes, der Kraft und der Zukunft im eigenen Inneren, weiß. Kinder sind kleine und hilfsbedürftige Wesen, auf ständige Aufmerksamkeit und Zuwendung angewiesen. Trotz aller Kraft ist auch die Zukunft, das Kind in mir, von einer solchen Einstellung meines Ich abhängig. Eigentlich muss ich mich täglich fragen, in welchem Zustand es sich gerade befindet. Praktisch heißt das, dass ich danach frage, welche Richtung mein Leben, wie es sich in Gefühlen, Gedanken, Affekten und Bedürfnissen heute ausdrückt, nehmen will. Solche Fragen zu stellen und auf eine Antwort zu hören, heißt dann nicht etwa, ihr unkritisch zu folgen. Es heißt jedoch, die auf Zukunft gerichteten Kräfte wahrzunehmen und sie in das Gesamt der Persönlichkeit einzubinden. Sprechen wir über das «Kind» in uns, entsteht leicht der Eindruck, als repräsentiere es die einzige ernst zu nehmende Kraft des psychischen Systems. Deshalb möchte ich noch einmal an die Ganzheit der Person erinnern, die sich schon darin zeigt, dass ich meinem symbolischen Kind sehr viel Aufmerksamkeit widmen muss, um zu erfahren, wohin die Reise gehen wird. Kind-Sein besagt, dass es anderer Instanzen bedarf, die bei der Verwirklichung der Zukunft mithelfen. Diese Fragen hatten wir schon bei der inneren Elternschaft angesprochen.

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>

10. Komplexe: Kraftfelder und Landkarten der Psyche

Thesen zum Thema

{587} Komplexe sind zentrale Strukturelemente der Psyche. Sie kennzeichnen den Menschen individuell, als Gruppenangehörigen und als Menschen überhaupt. Jeder Mensch hat persönliche, gruppenbezogene und für alle Menschen charakteristische Komplexe.

{588} Mit Komplex bezeichnen wir eine Gruppe psychischer Inhalte, die sich um ein Kernelement gruppieren. Diese Gruppierungen sind fest gefügt, bleiben über lange Zeit konstant und können bewusst oder unbewusst sein.

{589} «Komplex» stellt einen theoretischen Begriffsrahmen zur Beschreibung normaler und krankhafter, also nicht nur krankhafter psychischer Erscheinungen dar. Komplexe haben eine Entwicklungsgeschichte, an deren Verlauf sich die Entstehung der krankhaften Varianten erkennen lässt. Die Eigenart der erwachsenen Persönlichkeit ist eng mit der Entstehungsgeschichte und Eigenart der Komplexe verbunden.

{590} Von Komplexen geht eine dynamische Wirkung aus. Sie sind nicht nur Struktur im oben beschriebenen Sinne, sondern stellen auch energetische Kraftfelder dar. Der Komplex einer nationalen Größe oder Herrenrasse kann weltbewegende Veränderungen hervorrufen. Unbewusste Komplexe können ins Bewusstsein einbrechen und das Denken und Fühlen «färben» oder ganz beherrschen. Das Ich steht dann unter der Wirkung des Komplexes und büßt seine steuernden Einflussmöglichkeiten ein.

{591} Komplexe können sich prinzipiell um jeden lebenswichtigen oder den Menschen schon von Kindheit an belastenden seelischen Inhalt bilden. Die Frage des eigenen Wertes ist hier ebenso zu bedenken wie eine körperliche Missbildung, die zum «Komplex» wird. Dabei kann es sich um geringfügige Körperabweichungen handeln, um abstehende Ohren oder auch um ganz «normale Abweichungen», wie das Fehlen des Penis beim Mädchen oder der Brust beim Knaben.

{592} Wir nehmen an, dass Geister, Dämonen, Kobolde, Heinzelmännchen und Teufelchen Projektionen der Komplexstruktur der Psyche sind, bezogen auf das persönliche wie das kollektive Unbewusste.

{593} Komplexe stellen Knotenpunkte psychischer Kraft und Struktur dar. In diesem Sinne sind sie einer Landkarte vergleichbar, die eine Orientierung ermöglicht. Kenne ich die Komplexe eines Menschen, einer Gruppe oder einer Nation, wird mir ihr Verhalten verständlich und voraussehbar. Die Komplex-Karte ermöglicht im übertragenen Sinne eine Navigation.

{594} Die von C. G. JUNG immer wieder erwähnte persönliche Gleichung eines Menschen ist der nach außen hin sichtbare Ausdruck seiner Komplexstruktur. Ihre Kenntnis sowie die Kenntnis des Phänomens seiner persönlichen Gleichung überhaupt schützt vor Einseitigkeit und Hybris. Die Komplexe sind das Bezugssystem, von dem wir ausgehen, ob wir es einsehen oder nicht.

C. G. Jung zu diesem Thema

{595} «Die via regia zum Unbewussten sind ... die Komplexe.» (1)

{596} «Man darf heutzutage wohl die Hypothese als gesichert betrachten, dass Komplexe abgesprengte Teilpsyphen sind. Die Ätiologie ihres Ursprungs ist ja häufig ein so genanntes Trauma, ein emotionaler Schock oder ähnliches, wodurch ein Stück Psyche abgespalten wurde. Eine der häufigsten Ursachen ist allerdings der moralische Konflikt, welcher seinen letzten Grund in der anscheinenden Unmöglichkeit hat, das Ganze des menschlichen Wesens zu bejahen. Diese Unmöglichkeit setzt unmittelbare Spaltung voraus, unabhängig davon, ob das Ich-Bewusstsein darum weiß oder nicht. In der Regel besteht sogar eine ausgesprochene Unbewusstheit über die Komplexe, was diesen natürlich um so größere Aktionsfreiheit gewährt. In solchen Fällen erweist sich ihre Assimilationskraft in ganz besonderem Maße, insofern nämlich die Unbewusstheit über den Komplex diesem dazu verhilft, sogar das Ich zu assimilieren, woraus eine momentane und unbewusste Persönlichkeitsveränderung entsteht, die als Komplexidentität bezeichnet wird. Dieser durchaus moderne Begriff hatte im Mittelalter einen anderen Namen: damals hieß er Besessenheit.» (2)

{597} «Komplexe sind nämlich recht eigentlich die lebendigen Einheiten der unbewussten Psyche, deren Vorhanden- und Beschaffenheit wir in der Hauptsache nur durch die ersteren erkennen können.» (3)

{598} «Was ist nun, wissenschaftlich gesprochen, ein «gefühlbetonter Komplex»?»

{599} Er ist das Bild einer bestimmten psychischen Situation, die lebhaft emotional betont ist und sich zudem als inkompatibel mit der habituellen Bewusstseinslage oder -einstellung erweist. Dieses Bild ist von starker innerer Geschlossenheit, es hat seine eigene Ganzheit und verfügt zudem über einen relativ hohen Grad von Autonomie, d. h. es ist den Bewusstseinsdispositionen in nur geringem Maße unterworfen und benimmt sich daher wie ein belebtes corpus alienum im Bewusstseinsraume. Der Komplex lässt sich gewöhnlich mit einiger Willensanstrengung unterdrücken, aber nicht weg beweisen, und bei passender Gelegenheit tritt er wieder mit ursprünglicher Kraft hervor.» (4)

{600} «Wo das Komplexgebiet anfängt, hört die Freiheit des Ich auf.» (5)

{601} «Man muss es schon gesehen haben, wie im Laufe von Jahrzehnten ganze Familien davon moralisch und physisch zerstört werden, und wie beispiellose Tragik und hoffnungslose Misere ihren Spuren folgen, um einen vollen Eindruck von der Realität eines Komplexes zu bekommen. Man versteht dann, wie müßig und unwissenschaftlich der

Gedanke ist, man könne sich einen Komplex einbilden.» Dennoch: «Komplexe sind nicht durchaus krankhafter Natur, sondern eigentümliche Lebenserscheinungen der Psyche.» (6)

{602} «Von Komplexen hängt das Wohl und Wehe des persönlichen Lebens ab.»(7) «Kein noch so vorurteilsloser und objektiver Forscher ist imstande, von seinen eigenen Komplexen abzusehen, denn auch diese erfreuen sich derselben {603} Autonomie wie jene anderer Menschen. Er kann nicht von ihnen absehen, weil sie nicht von ihm absehen. Denn Komplexe gehören nun einmal zur psychischen Konstitution, welche bei jedem Individuum das absolut Präjudizierte ist. Die Konstitution entscheidet daher unerbittlich, welche psychologische Auffassung aus einem bestimmten Beobachter hervorgehen wird. Dies ist die unvermeidliche Beschränkung der psychologischen Beobachtung, dass letztere nur Gültigkeit hat unter Voraussetzung der persönlichen Gleichung des Beobachters.» (8)

Feste Vorstellungsgruppen

{604} Ein kurzer Rückblick auf die Entstehungsgeschichte des Komplexbegriffes veranschaulicht ihn am besten. Um die Jahrhundertwende beschäftigte sich die wissenschaftliche Psychologie ausführlich mit Assoziationsstudien. Dies geschah insbesondere im Zusammenhang mit Untersuchungen zu Erinnerung und Gedächtnis. Man wollte herausfinden, nach welchen Regeln sich einzelne Wahrnehmungen und Erlebnisse miteinander verknüpfen und auf diese Weise wieder reproduzierbar werden. Die Alltagsbeobachtungen etwa bei dem Versuch, sich eines Namens zu erinnern, entsprechen diesen wissenschaftlichen Untersuchungen. Häufig hat man zwar den Namen noch nicht erinnert, aber ein entsprechendes Klangbild im Ohr, das seiner Länge und der Silbentrennung entspricht. Das Gesuchte und dieser Klang sind sich ähnlich. Ähnlichkeit ist ein wesentliches Moment für die Bildung von Zusammenhängen und Assoziationen. Neues und Ungewohntes wird in dem Maße vertraut, wie wir es an Bekanntes anknüpfen (assoziiieren) können. Im Jahre 1906 veröffentlichte C. G. JUNG experimentelle Untersuchungen über die Assoziation Gesunder, aus denen das heute noch gebräuchliche standardisierte Assoziationsexperiment hervorging. In diesem Zusammenhang entdeckte er den «gefühlbetonten Komplex» als Ursache der Störungen, die beim Ablauf dieser Experimente zu beobachten waren. Seit dieser Zeit hat sich JUNG mit dem Komplex in theoretischer und praktischer Hinsicht beschäftigt. Dieser Begriff ist für sein Werk so charakteristisch, dass eine seiner prominenten Schülerinnen, Frau Toni WOLFF, vorschlug, die von ihm entwickelte Psychologie als komplexe Psychologie zu bezeichnen. C. G. JUNG führte viele Jahre Studien mit dem Assoziationsexperiment am Burghölzli in Zürich durch. Dabei wird so vorgegangen, dass einer Versuchsperson nacheinander 100 einzelne Wörter genannt werden. Die Zeit, die vergeht, bis auf ein solches Reizwort eine Antwort erfolgt, wird gemessen. Man bezeichnet sie als Reaktionszeit. Jung konnte nun beobachten, dass es bei jedem Menschen einige Wörter gab, nach deren Nennung die Reaktionszeit, verglichen mit der jeweiligen durchschnittlichen Reaktionszeit, ungewöhnlich lang war. Häufig ist eine solche verlängerte Reaktionszeit auch mit einer bestimmten Erinnerungsstörung verbunden. Bei Assoziationsstudien geht man in der Regel so vor, dass in einem zweiten Durchgang des Experiments alle Antworten noch einmal gegeben werden müssen. Für die meisten Reizworte wird die Antwort richtig und unmittelbar erinnert. Bei einigen Reizworten fällt die Erinnerung aus. Das sind nicht selten auch diejenigen, die durch eine verlängerte Reaktionszeit gekennzeichnet waren. Wurde zum Beispiel im ersten Versuch zu dem Reizwort «rot» nach längerer Reaktionszeit «Blut» assoziiert, so kann im Zweitversuch die Erinnerung entweder völlig ausfallen, oder es erscheint ein ganz anderes Wort, zum Beispiel Schreck. Schon bei oberflächlicher Beobachtung würde man vermuten, dass «rot» für diesen Menschen nicht einfach eine Farbe ist, sondern ein Reiz-Wort im besonderen Sinn. Offensichtlich wurden durch dieses Wort Erlebnisse angerührt, die schmerzhaft, peinlich oder angsterregend sind. Meistens bedarf es nur eines kurzen Nachfragens, um genauere Zusammenhänge darüber zu erfahren. Die schmerzlichen Erlebnisse können Jahrzehnte zurückliegen. Erlebnisse, Erinnerungsbilder, die Farbe Rot und manches andere sind zu einer festen Vorstellungsgruppe geworden, die immer wieder erinnert werden kann, einen entsprechenden inneren oder äußeren Anreiz vorausgesetzt. Vielfältige Beobachtungen dieser Art führten Jung zu dem zusammenfassenden Schluss, dass sich in der Psyche vielfältige solcher fest gefügten Vorstellungsgruppen nachweisen lassen und diese zugleich in engem Zusammenhang etwa mit der Entstehungsgeschichte einer Neurose oder anderen Persönlichkeitsstörungen stehen. JUNG beschreibt das folgendermaßen: «Individuen, die gute introspektive Fähigkeiten besitzen, versichern oft, dass sie deshalb nicht schnell reagieren konnten, weil sich plötzlich eine Anzahl von Wörtern ins Bewusstsein gedrängt habe, worunter sie kein passendes für die Reaktion hätten finden können. Dies ist durchaus verständlich, denn starke Affekte versammeln immer zahlreiche Assoziationen um sich, und andererseits wird eine Ansammlung von Assoziationen immer von einem intensiven Gefühlston begleitet. In manchen Fällen haben wir das Gegenteil vom obigen Zustand, und die Versuchspersonen sind außerstande zu reagieren, weil im Bewusstsein ein Vakuum entsteht; in solchem Falle verhindert der Komplex die Reaktion, indem er einfach nicht im Bewusstsein auftaucht. Auf diese Weise trägt der zugrunde liegende Vorstellungskomplex manchmal zu viel ins Bewusstsein, und dann wieder zu wenig, indem er in beiden Fällen den gleichförmigen Fluss der psychischen Funktionen unterbricht. Er wirkt wie ein Friedensstörer in der psychischen Hierarchie. » (9)

{605} Trotz besten Willens ist man bei einem solchen Assoziationsversuch nicht in der Lage, die lange Reaktionszeit bei bestimmten Reizwörtern zu verkürzen. Psychische Mechanismen scheinen am Werk, die sich dem Zugriff und der Reichweite des handelnden Ichs entziehen. Diese Eigenart der Komplexe hat C. G. JUNG veranlasst, ihnen ein hohes Maß an Autonomie zuzuschreiben und dies mit der Unbewusstheit der Komplexe, das heißt ihrer Entfernung oder Abspaltung vom Bewusstsein, theoretisch zu begründen. Diese Erklärungsversuche beschreiben auf einer wissenschaftlichen Ebene, was jeder erlebt. Bestimmte Vorstellungsgruppen, etwa die Vorstellung der eigenen

Unzulänglichkeit, können so dominant und von solcher Dauer sein, dass sie das Leben eines Menschen über Jahrzehnte prägen. Immer wieder brechen sie in den Bewusstseinsraum ein, das Ich ist dagegen machtlos. Kein noch so überzeugendes Argument, mag es auch von Experten-Seite kommen, hat die Kraft, die Wirkung eines solchen Minderwertigkeitskomplexes zu dämpfen.

{606} So hat C. G. JUNG das, was bei den seinerzeit in der Psychologie geläufigen Reproduktionsexperimenten als Reaktionsfehler angesehen wurde, vor dem Hintergrund seiner psychoanalytischen Kenntnisse als eine vom Unbewussten bedingte Störung gesehen. Die verlängerten Reaktionszeiten und Reproduktionsstörungen sind ein experimenteller Nachweis des Konfliktes, der sich im einzelnen abspielt, wenn belastete oder tabuierte Erlebnisbereiche angesprochen werden. Für Jung wurden die sonst störenden Fehlreaktionen zum eigentlichen Mittelpunkt des Experiments. Ihm erging es hier ähnlich wie Sigmund FREUD bei der Entdeckung der Übertragung. Freud hat das Übertragungsphänomen zunächst nur als eine lästige und schwierige Begleiterscheinung der Arzt-Patient-Beziehung angesehen. Erst allmählich erkannte er ihre volle und bis heute uneingeschränkte Bedeutung. Das gleiche gilt für die Entdeckung der Komplexe aufgrund der Fehlreaktionen im Assoziationsexperiment.

Komplexbereiche

{607} Jedes menschliche Erleben, jede Wahrnehmung und jede Situation kann zum Komplex werden. Wir müssen, wie bereits erwähnt, wenigstens drei Gruppen von Komplexen unterscheiden: individuelle, gruppenbezogene und allgemein menschliche Komplexe. Damit ist zugleich eine theoretische Unterscheidung getroffen: wir trennen persönliche Erlebnisse, die überwiegend auf den einzelnen und seine Entwicklung bezogen sind, von anderen Erlebnissen, die ihn mit einer Gruppe, etwa seiner Familie oder seiner Nationalität verbinden oder ihn als Mensch überhaupt allgemein kennzeichnen. Der gleiche Erlebnisbereich kann auch auf allen drei Ebenen sichtbar werden. Gehen wir einmal von dem Erlebnis «Mutter» aus. «Mutter» bedeutet natürlich diese einmalige Frau, die mich geboren, erzogen und über wichtige Zeiten des Lebens begleitet hat. Ihre Art, vom ersten Lebenstag an mit mir umzugehen, zu mir zu sprechen, mich zu berühren, hat meine Charakterentwicklung entscheidend geprägt. Im Laufe einer analytischen Behandlung werden zahllose Erinnerungen lebendig, Einzelheiten ihrer Kleidung, ihre Gewohnheiten, ihre guten und bösen Seiten. Liebe und Hass sind die hervorragenden Aspekte, die sich mit «Mutter» verbinden-. Die eben angedeuteten Einzelheiten gruppieren sich gewissermaßen um das Kernelement «Mutter» herum und bilden mit ihm eine fest gefügte Verbindung, einen Komplex, den bekannten «Mutterkomplex». Er lässt sich für jeden Menschen, die Kenntnis aller Einzelheiten der Lebensgeschichte vorausgesetzt, genau beschreiben. Um das Kernelement herum gruppieren sich Erinnerungen, Gefühle und Affekte, Sinnbilder und Normen, Ängste und Hoffnungen, unerfüllte Wünsche und Bilder sonniger Kindertage. Einige dieser Erinnerungen treten stärker hervor, sie kennzeichnen den Mutterkomplex mehr als andere.

{608} Neben der individuellen Muttergestalt gibt es ein kollektives Mutterbild. In unserer Kultur ist die Mutter eine hoch geschätzte, ja verehrungswürdige Gestalt. Dieses allgemeine Bild prägt die Art des Umgangs mit «Mutter» in bestimmten nationalen Gruppen oder Kulturen. Der «Muttertag», den wir einmal im Jahr feiern, gibt einen bestimmten Gesichtspunkt dieses kollektiven Mutterbildes wieder. Dass es kommerziellen Interessen verhältnismäßig leicht gelingt, mit diesem Tag zu Ehren der Mutter ein großes Geschäft zu machen, belegt die Bedeutung des kollektiven Mutterbildes bzw. kollektiven gruppenbezogenen Mutterkomplexes. In diese Vorstellungsgruppe gehen auch Normen und religiöse Vorstellungen und Forderungen ein, sie bestimmen das allgemeine Muttererleben ebenfalls sehr stark. Es gilt als schlimmes Vergehen, seine Mutter zu verachten, Muttermord ist größter Frevel. Der Leser kann sich selbst fragen, wie er spontan reagiert, wenn er hört, dass jemand seine Mutter im Affekt geschlagen hat. Diesen ehrfurchtsgebietenden Vorstellungen zum Trotz haben wissenschaftliche Untersuchungen menschlichen Verhaltens gezeigt, dass viele dieser in unserer Kultur hoch geehrten Frauen ihre Kinder für sich ausbeuten und quälen, sodass eine Wiederherstellung des guten Gefühls für sich selbst trotz jahrelanger therapeutischer Bemühungen nur halb gelingt. Selbst der geschulte Therapeut ist immer wieder erstaunt, was Mütter an Grausamkeiten zustande bringen. Dieses Erstaunen ist vor dem Hintergrund zu verstehen, dass die Mutter nur in einem einseitig positiven allgemeinen Bild gesehen wird. Wir stellen fest, dass unsere kulturelle Gruppe einen in diesem Sinne «positiven Mutterkomplex» hat. Damit ist noch keine Aussage darüber gemacht, wie der entsprechende unbewusste, dieses positive Bild kompensierende Mutterkomplex gruppenbezogen aussieht.

{609} Variiert das kollektive Mutterbild auch von Gruppe zu Gruppe und von Kultur zu Kultur, so ist doch der Erlebnisbereich «Mutter» trotz aller kulturellen und individuellen Variationsmöglichkeiten allen Menschen zugänglich. Jedes Kind verfügt instinktiv über einen Zugang zu «Mütterlichem», in welcher Form es ihm auch begegnen mag. «Mutter» ist eine allgemeine Erlebniskategorie, ein archetypisches Phänomen im Sinne C. G. JUNG's. Über alle kulturellen Grenzen hinweg gibt es das Bild der großen Mutter, einer Göttin, die ihre Kinder gebiert, sie aber auch wieder verschlingt.

{610} Am bekanntesten ist das Bild der «Mutter Erde» oder der «Mutter Natur». Zu bemerken ist allerdings, dass die einseitige Hochschätzung der Mutter, die im vorigen Abschnitt beschrieben wurde, bei diesen allgemeinen archetypischen Bildern nicht erfolgt. Dort hat die Mutter eine helle, lebensspendende und eine dunkle, fressende und verschlingende Seite. Sie gibt und nimmt, sie schenkt und entzieht. Beide Seiten des Mütterlichen sind offensichtlich in unserem grundsätzlichen Erlebnispotenzial verankert. Besonders in Kinderbehandlungen sieht man, wie sich der helle oder der dunkle Aspekt des Mütterlichen durchsetzt, von entsprechenden Erlebnissen in der Familie geprägt. Da beide

Erlebnismöglichkeiten im Organismus vorhanden sind, können auch beide hervorgerufen werden. Es bleibt dann der Behandlung überlassen, auch das positive Mutterbild wieder herzustellen, nachdem nur ein negatives aufgenommen und gespeichert wurde.

{611} In diesem Sinne gibt es also noch eine dritte Form des Komplexes, nämlich den allgemein menschlichen, den archetypischen Mutterkomplex. In der analytischen Psychologie spricht man jedoch weniger von diesem archetypischen Komplex, sondern eher vom archetypischen Kern, der in vielen Komplexen enthalten ist. Der Mutterkomplex hätte demzufolge einen entsprechend archetypischen Kern, dessen Phänomenologie im Einzelnen in der großen Monografie von Erich NEUMANN über «Die große Mutter» nachgelesen werden kann. (10)

{612} Der Therapeut sieht viele gestörte, manchmal völlig zerstörte Mutterbeziehungen und ihre traurigen Folgen. Sehr oft beruhen sie auf «mangelndem Urvertrauen». Der persönliche Mutterkomplex ist hier eine gefühlsmäßig äußerst negativ getönte Vorstellungsgruppe. Häufig wird nun die Frage gestellt, ob in solchen Fällen überhaupt wieder etwas wachsen kann, ob ein solcher Mensch noch Vertrauen fassen kann, da er nie eine positive Mutterbeziehung erleben durfte. Er hat keine positiven inneren Vorbilder. Auch der mütterliche Kontakt, den er zu sich selbst hat, ist entsprechend negativ. Er spricht böse über sich, er gönnt sich nichts oder verlangt härteste Anstrengungen, oft Unmögliches von sich, um sich anschließend, bei Nichterfüllung der selbst gesteckten Ziele, heftig zu kritisieren und zu entwerten. Nie hat er etwas anderes gesehen oder gelernt, vielleicht nur voller Neid und Trauer in den Familien seiner Freunde passiv miterleben dürfen.

{613} Das gruppenbezogene Mutterbild und seine Komplexanteile trägt in der Regel nur dazu bei, dass selbst solchen bössartigen Müttern gegenüber noch mit schlechtem Gewissen reagiert wird, wenn sie eine ihrer üblichen erpresserischen und gefühllosen Forderungen stellen. Normen und moralische Forderungen erschweren es sehr, sich mit dem negativen Mutterkomplex auseinander zu setzen, die damit verbundenen Hassgefühle und Enttäuschungen bewusst zu machen und auf diese Weise endlich langsam zu überwinden. Die heilende Dynamik kann nur vom archetypischen Kernelement des Mutterkomplexes ausgehen. Noch einmal sei auf die Kinderpsychotherapie verwiesen: im Sandkasten, beim Malen, Gestalten oder in den freien - bzw. wieder angstfrei gewordenen - Fantasien des Kindes tauchen plötzlich hilfreiche Kräfte auf. Ein Sanitätsauto kommt angefahren, ein gutes Tier erscheint, oder eine noch undefinierte positive Macht kommt ins Spiel. Dem Übertragungsgeschehen kommt in solchen Fällen größte Bedeutung zu. Man muss sich allerdings fragen, was das Kind eigentlich in einer positiven Mutterübertragung projiziert, wenn lebensgeschichtlich hierfür gar keine positiven Erlebnisgrundlagen und Vorbilder vorhanden sind. Die positive Seite des archetypischen Kernelementes entfaltet sich und wird zunächst auf den Therapeuten spontan übertragen, der damit als positive Mutter erlebt werden kann. Mit dieser Wahlmutter, die das archetypische Bild trägt, sind korrigierende Gefühlsoffenbarungen möglich. Damit öffnen sich Pforten, die dem kleinen Patienten bisher völlig verschlossen waren. Das gleiche Geschehen lässt in der Behandlung Erwachsener in diesen ein noch nie erlebtes Vertrauen, eine nicht gekannte Hoffnung lebendig werden. Eine sinnvolle Theorie der Heilung kann ohne die Annahme solcher allgemein menschlichen Erlebnis- und Entfaltungsmöglichkeiten, die im Laufe der Evolution als Überlebensprogramme entwickelt und gespeichert wurden, kaum formuliert werden. Bei starken negativen mütterlichen Einflüssen im konkreten Lebensgeschehen wird vom Mutterarchetypus her kompensatorisch und ausgleichend auch die positive und helle Seite des Mütterlichen auf den Therapeuten übertragen. Vom Standpunkt der analytischen Psychologie gesehen sind es die archetypischen Elemente der Komplexe, die die Heilung ermöglichen und erwirken. Der Therapeut ist die auslösende Situation und die notwendige gute Rahmenbedingung.

{614} Wie eingangs zu diesem Kapitel erwähnt, können alle Wahrnehmungen und Erlebnisbereiche des menschlichen Lebens zu Komplexen werden. Manche persönlichen Erlebnisse gruppieren sich um archetypische Kernelemente, wie das eben am Beispiel der Mutter aufgezeigt wurde. Bei anderen ist ein archetypisches Kernelement nicht nachweisbar, meist aber Aspekte des kollektiven zugehörigen Komplexes. Dass jemand unter seiner langen Nase leidet, kann einmal damit zusammenhängen, dass er in seiner Familie immer wieder mit der Nase gehänselt wurde. Aber diese Beleidigungen hängen eng damit zusammen, dass wir eine für unsere Rasse und Kultur «normale Gestalt der Nase» kennen und entsprechende Abweichungen bemerken. So verknüpfen sich mit einer von der Norm abweichenden Nase Gefühle des Andersseins, des Nicht-dazu-Gehörens, des Weniger-Wert-Seins usw. Wir sprechen hier von einem Nasen-Komplex, der allerdings wieder eng mit anderen Komplexen verbunden sein kann. Auf diesen praktisch wie theoretisch bedeutsamen Aspekt des Komplexnetzes komme ich in einem späteren Abschnitt zu sprechen.

Familienkomplexe

{615} «Beispiellose Tragik und hoffnungslose Misere» kann der Spur eines Komplexes folgen, ganze Familien können moralisch und physisch zerstört werden, so wurde eingangs C. G. JUNG zitiert. Um diese Beobachtung nachvollziehen zu können, müssen wir noch einmal auf die Einteilung der Komplexe, wie sie im vorigen Abschnitt vorgenommen wurde, zurückkommen. Wir hatten dort festgestellt, dass jedes menschliche Erleben zum Kernpunkt eines Komplexes werden kann und wir zugleich in vielen Komplexen auch archetypische Kernelemente nachweisen können. Vor allem letztere sind es, die ganze Familien über Generationen prägen. Insbesondere zeigt sich das in Familien, die sich traditionellen Berufen verpflichtet fühlen. Große religiöse und ethische Vorstellungen von Himmel und Hölle, Strafe und Opfer, der Macht des Bösen, vom Auge Gottes oder vom sicheren Walten der Gerechtigkeit werden zu zentralen Elementen des Lebens in diesen Familien. Jede Handlung wird auf diese Vorstellungen hin überprüft, jede Freude oder jeder Wunsch muss damit übereinstimmen. Auch andere Anliegen der Lebenserhaltung oder der Macht werden zu

solchen Kernelementen. Zu ihnen gehören Sparsamkeit und Arbeitsforderung, Unermüdlichkeit und Entwertung des Müssigen ebenso wie Strategie und Verschleierung, Geld und Einfluss, Prestige und Gewinn. Geldausgaben gelten als Gefährdung des familiären Gleichgewichts, Gefühlsbeziehungen zu anderen Menschen, die nicht mit Gewinn oder Vorteil zu tun haben, als sinnlos und sogar gefährlich. Auf diese Weise wird eine ganze Familie ein einheitlicher Komplex um das entsprechende Kernelement herum. Diesem werden häufig - charakteristische archetypische Vorstellungen - höchste Wichtigkeit für Leben und Tod und eine entsprechende Bedeutung zuerkannt. Fragen nach der Notwendigkeit von Sparsamkeit oder Gewinn, nach der Berechtigung, mit der Gott angeblich seine Strafen verteilt, sind tabu. Die dem Familienkomplex zugeordneten Bereiche sind heilig und unantastbar. Meistens sind es Vater und Mutter, manchmal auch mächtige Großeltern, die diesen Kernbereich repräsentieren. Neu hinzukommende Familienmitglieder müssen sich dem unterordnen, oder sie werden wieder ausgestoßen. Die Richtigkeit und Notwendigkeit der jeweiligen zentralen Werte werden in diesen Familien mit einer eigenartigen Gewissheit vertreten. Sie können es nicht verstehen, dass andere Menschen ihr Leben um andere wichtige Kernelemente anordnen möchten. Das Kernelement des Familienkomplexes repräsentiert den höchsten Wert und ist demzufolge in psychologischer Hinsicht einer Gottesvorstellung vergleichbar.

{616} Gleichzeitig provoziert der Kernkomplex sein Gegenteil. Zum guten Sohn gehört der verlorene Sohn, zur Gerechtigkeit die Strafe, die in ihrem Namen verhängt wird. Die «schwarzen Schafe» jener Familien können von ihrem oft tragischen Weg aus dem Familienverband heraus berichten. Schon bei der Eheschließung wird manchem Sohn oder mancher Tochter prophezeit, dass der neue Partner nicht in das familiäre System hineinpasst, und aus diesem Grunde die Verbindung nicht bestehen bleiben wird. So wie ein Komplex das Ich des einzelnen völlig gefangen nehmen kann, lässt auch der Familienkomplex seine Mitglieder blind für das objektiv Gegebene sein. Es kann sehr schwierig sein, ein natürliches Verhältnis zum Geld zu bekommen, wenn in der Familie Einnahmen und Ausgaben ein Thema von höchster Bedeutung war. Wie sehr die Eltern sich dem Geld verschrieben hatten, zeigt sich oft in späteren Aufrechnungen, die den Kindern präsentiert werden. Sich aus dem Bannkreis des Familienkomplexes zu befreien, ist ebenso mühsam wie die Lösung von entsprechenden persönlichen Komplexen. Nicht immer, und meistens erst nach langen inneren Auseinandersetzungen, gelingt die Ablösung von den Eltern so, wie es der folgende Traum eines Mannes mittleren Alters darstellt: «Ich sehe meine Eltern nur noch alle paar Jahre, sie werden älter und leben ihr eigenes Leben. Sie haben auf das eigene Leben bezogene Interessen und Entwicklungsprozesse. Ich bewundere sie, wie sie das meistern. Am Schluss streichele ich Vati, der gerade im Bett liegt, am Knie.» Die Trennung von den Eltern ist häufig mit Schmerz, nicht selten mit negativen Affekten und Hassgefühlen verbunden. Wenn deutlich wird, welche Hemmnisse in unserem Leben durch ihr Tun oder Lassen gesetzt wurden, sind Enttäuschung, Wut und Vorwurf natürliche Reaktionen. Eine gelungene Verselbstständigung des jungen Menschen bleibt jedoch nicht in einer solchen affektiven Haltung stecken, sondern findet neue Formen und Wege menschlicher Nähe und Bezogenheit. Gerade letzteres kommt in dem vorstehenden Traum deutlich zum Ausdruck.

{617} Der Familien- und Generationenkomplex hat viele Facetten. Die Herauslösung aus der Familie und der Eintritt in das eigene Leben und seine autonome Gesetzlichkeit sind jeweils nur ein Aspekt. Das erneute Eintreten in die Folge der Generationen und die damit verbundenen Bindungen und unabänderlichen Entwicklungen sind ein anderer Aspekt, der sich mit wünschenswerter Deutlichkeit in dem folgenden Traum des gleichen Träumers zeigt: «Ich betrachte ein Foto von drei Generationen: Vati, Opa und Urgroßvater. Opa sieht noch ganz rüstig aus. Nach einiger Zeit ist auf einmal ein Bild da, auf dem ich mit Vati und Opa zu sehen bin. Der Urgroßvater ist verschwunden, Opa sieht sehr alt und gebrechlich aus. Als mir beim Vergleich der beiden Bilder plötzlich bewusst wird, wie ich so quasi in die Generationenkette hineingeschoben werde und wie alles seinen gnadenlosen Gang gehen wird, da packt mich so tiefe Verzweiflung und Traurigkeit, dass ich hemmungslos weine und weglaufe. Ich komme an eine wildfremde Tür, klinge und bitte die Leute, noch immer schluchzend, sie möchten mich ins Haus und irgendwohin setzen lassen.» Soweit der Traumtext. Vielleicht gehört es zu den eigenartigen Paradoxien des Lebens, dass die Befreiung aus der eigenen Ursprungsfamilie zugleich den bewussten Eintritt in die Kette der Generationen und ihren oft belastenden Gang bedeutet. Die neuere psychologische Familienforschung weiß oft darum, dass der einzelne, bewusst oder unbewusst, Hypotheken vergangener Generationen übernommen hat, um deren Einlösung er sich zeitlebens bemüht, oder die er nur halb eingelöst seinen eigenen Nachkommen übergibt. In dieser paradoxen Situation begegnen sich individuelles und kollektives Schicksal, ich bin das Individuum wie auch ein Glied in der unendlichen Kette von menschlichen Generationen. Die Stunde, in der das bewusst wird, kann eine Zeit großen Schmerzes sein. Die Sehnsucht, irgendwo eine Heimat zu finden, Geborgenheit und Ruhe zu fühlen, statt ohne Erbarmen dorthin geschoben zu werden, wo der Tod mich, wie die Generationen vor mir, ereilt, ist nur zu verständlich. Der mitgeteilte Traum zeigt diese menschliche Problematik mit wünschenswerter Deutlichkeit. Diese komplexen Strukturen gehören zu den Grundgegebenheiten des Lebens, von ihnen kann man sich nicht so lösen, wie man sich von einem Mutterkomplex befreit. Hier kommt es darauf an, mit ihnen leben zu lernen und sie bewusst in das eigene Lebenskonzept zu übernehmen. Da der Tag kommt, an dem ich am obersten Ende der jetzt lebenden Generationenfolge stehe, muss ich mich darauf vorbereiten, die jeweils notwendigen Schritte dann auch zu tun. Der letzte ist der des Abschieds, vielleicht auch der des Eintritts in eine neue Folge von Entwicklungsphasen.

{618} Nicht nur Familien, auch Großgruppen gruppieren sich um zentrale Komplexvorstellungen. Nationale Ideologien, die sich etwa auf die Über- und Unterlegenheit von Rassen beziehen, können das Verhalten eines ganzen Volkes gegenüber diesen sozialen Minderheiten prägen. Neger, Juden und Zigeuner wissen davon zu berichten, wie

jedes Mitglied der anerkannten großen Gruppe eines Volkes im kleinen die dem zentralen Element der Wertigkeit einer Klasse zugeordneten Vorstellungen an Verachtung und Hass lebt und wiederholt. Hier würde das Volk als ganzes einen bestimmten Komplex darstellen. Entsprechend der Autonomie und dynamischen Kraft eines Komplexes verhält sich der einzelne Mensch angesichts eines solchen Volks-Komplexes ebenso hilflos, unsicher und passiv, wie das Ich eines Menschen seinem eigenen Komplexdurchbruch gegenübersteht.

Aufbau und Entstehung eines Komplexes

{619} Dieses Thema wurde in den vorangegangenen Abschnitten indirekt mehrfach angesprochen. Hier sei es noch einmal ausführlicher dargestellt. Wir hatten gesehen, dass ein Komplex immer aus einem Kernelement und einer Reihe von Randelementen besteht, die sich um dieses Kernelement gruppieren. Die Elemente, die in eine solche Vorstellungsgruppe eingehen, unterscheiden sich im Hinblick auf ihren archetypischen, ihren gruppenbezogenen und ihren individuellen Charakter oder Stellenwert. Zum wissenschaftlichen Verständnis der Entstehung des Komplexes können wir auf vielfältige Experimente der Psychologie zurückgreifen. Über ihre Genese können wir deshalb heute verbindliche theoretische Vorstellungen entwickeln. Schwieriger ist es, eine verbindliche Theorie über die Kernelemente des menschlichen Verhaltens aufzustellen. Lässt sich vielleicht noch eine Einigung darüber erzielen, welche generellen menschlichen Erlebnisformen anzunehmen sind, so wird dies auf der Gruppenebene schon fast unmöglich, gänzlich unmöglich im Hinblick auf das einzelne Individuum. Das ist aber kein Nachteil der Komplexlehre, eher ein gewichtiger Vorteil. Die Komplexlehre ermöglicht es uns nämlich, sowohl allgemeine theoretische wie formal sehr präzise Gesichtspunkte mit der ganzen Vielfalt des persönlichen und des Gruppenlebens zu verbinden. Die Menge der Kernelemente ist endlich, aber sie ist in ihrem Umfang heute noch unbekannt. Einiges hat sich durchgesetzt, so etwa der Selbstwert, die Geschlechtszugehörigkeit, das Kindsein, die ideellen Vorstellungskräfte, Wunsch- und Triebaspekte. Bei der Einbeziehung des Triebgeschehens interessiert nicht so sehr der Trieb an sich, den es in dieser reinen theoretischen Form gar nicht gibt, sondern die von ihm im psychischen System aufgrund der Lebenserfahrungen eingegangenen Verbindungen zu anderen psychischen Elementen. Wenn wir zum Beispiel sagen, dass «Eigenlob stinkt», so ist das Element des Selbstwertes mit einer ganz bestimmten Norm, nämlich dass man sich selbst nicht zu hoch einschätzen darf, eng verbunden. Die Verflochtenheit sexueller Triebimpulse mit sozialen und normativen Regeln soll hier nur erwähnt werden. Der Aufbau eines Komplexes soll am Kernelement Selbstwert gezeigt werden. Die allgemein menschliche Erlebnisform «Wert meines Selbst» konstellierte sich schon sehr früh und dürfte eine Hauptdimension der Mutter-Kind-Kommunikation von allem Anfang an sein. Das Lächeln der Mutter und das antwortende Lächeln des Säuglings sind hier schon einzuordnen, sofern man überhaupt über die rein phänomenologische Ebene der lächelnden Zuwendung und ihrer Antwort hinausgehen und solche theoretischen Konzepte wie Selbstwert und die dann zugehörige spontane Konstellation dieses Wertgefühls annehmen soll. Ich gehe jedoch davon aus, dass Lächeln, Zurücklächeln und der befriedigende Zusammenklang oder die Reihe: Lächeln - ernster Blick - nochmaliges Lächeln - Gegenlächeln und das gute Gefühl der entstandenen Gemeinsamkeit, Kernvorgänge sind, um die es hier geht. In die abstrakte Sprache der Komplextheorie übersetzt heißt das nun Folgendes: Um das Kernelement «Selbstwert» ordnen sich Elemente wie Lächeln, Zuwendung, Gefühl der Zusammengehörigkeit und Gemeinsamkeit, sicher auch entspanntes körperliches Wohlbehagen und freie Beweglichkeit des Körpers. Letzteres ist deshalb zu bedenken, weil körperliche Mitbewegtheit des Säuglings in solchen Lächelsituationen immer zu beobachten ist und die ursprüngliche Verbindung von Bewegung und Gefühl, von Freude, Muskulatur und Wohlbehagen zeigt. Die vielfache Wiederholung dieser Vorgänge in der Mutter-Kind-Beziehung bedingt das teste Gefüge, das den Komplex kennzeichnet, und zwar schon auf der vorsprachlichen Ebene, also ehe Worte dafür gefunden werden können. In der Sache ändert sich nichts, wenn im Laufe der kognitiven und sprachlichen Entwicklung diese Erlebnisse noch mit Wörtern verbunden werden. Das heißt also, dass in jedem Komplex noch Wörter oder Sprachformen, wie sie in einer Familie üblich sind, fest integriert werden. Den von JUNG ursprünglich Angenommenen gefühlsbetonten Vorstellungsgruppen ist die ihnen zugehörige Sprachfigur zuzuordnen. Übrigens stammt der Ausdruck «Sprachfigur» von JUNG selbst, er verwendet ihn bei der Darstellung seiner Form der Traumanalyse. (11) Solange die Sprache des Kindes noch wenig abstrakte Worte besitzt, bedient es sich der bildhaften, symbolischen oder metaphorischen Ausdrucksweise. Das hat FREUD ebenfalls gesehen und mit Primärprozess bezeichnet. Hier sei noch einmal daran erinnert, dass JUNG den Komplex als das «Bild einer psychischen Situation, die lebhaft emotional betont ist» beschreibt, (12) Jeder Mensch speichert sehr viele Erinnerungsbilder. Aus den frühen Schichten tauchen deshalb im späteren Leben kaum Worte auf, sondern Szenen und Situationen, Affekte, Gefühle, Bewegungen, Ausdrucksformen. Aus der Entstehungsgeschichte des Komplexes ergibt sich deshalb, dass für die psychotherapeutische Behandlung die Traumarbeit, das Fantasieren, bildnerisches Gestalten oder das Betrachten bildhaften Materials wichtige Möglichkeiten und Wege zur Heilung sind. Auch die Frage nach dem Körpergefühl, das zu persönlichen Problemen gehört, leitet sich aus diesen Kenntnissen ab. Es ist geradezu typisch, dass viele Menschen es «nicht in Worte fassen können», wenn sie ihre eigentlichen Schwierigkeiten oder das Besondere an einer frühen Situation, die sich heute wiederholt, darstellen wollen. Da ist die Aufforderung «Versuchen Sie es doch einmal zu malen oder in Farben darzustellen» häufig eine gute Brücke, den Weg zur eigenen Seele wieder zu finden. Die Vielfalt der Traumbilder ist ebenfalls eine unschätzbare Hilfe.

{620} Um das Kernelement Selbstwert ordnen sich in fester Verbindung alle diesbezüglichen Erlebnisse, Szenen und Vorstellungen, Affekte und Gefühle, die später im Sinne eines «Ich bin etwas wert» oder «Ich taue gleichgültig zu nichts»

als Endpunkt dieser Entwicklung in Worte gefasst werden. Solche Sätze sind dann die Spitze des Eisberges, die äußere Symptomatik des Komplexes, seine Kurzform. Erst die genaue Analyse und Kenntnis der persönlichen Situation und Entwicklungsgeschichte des Menschen unter analytischen Gesichtspunkten ermöglicht es, einen Komplex in seiner ganzen inhaltlichen Fülle zu sehen und Schritt für Schritt zu bearbeiten. Der Selbstwert oder, in anderer, erlebnisnäherer Form gesagt, «meine Mutter mag mich, ich bedeute ihr etwas, ich bin wertvoll, sie mag mich in den Arm nehmen, sie fasst mich gerne an» sind damit sowohl Kern- wie Randelemente des Komplexes. Der Komplex wird zum Raster der Deutung von Signalen aus der Umgebung. Lächelt mich jemand an, so fühle ich mich wohl, weil das meinen Wert bestätigt und bestärkt. Mag mich ein Mann, eine Frau anfassen oder nicht, so berührt das ebenfalls direkt mein Wertgefühl. Kann eine Mutter ihr Kind nur mit Ekelgefühl berühren, mag sie es - rational begründet - aus hygienischen Gründen nur mit Handschuhen anfassen, so gehen diese Erlebnisse ebenfalls in den Komplex «Selbstwert» ein.

{621} Wir erleben die Welt nach Maßgabe unserer Komplexe. Der Komplex ist der Raster unserer Wahrnehmungen, er ist letztlich ein signalverarbeitendes System. Man könnte ihn auch mit einem inneren Lexikon vergleichen. Will ich wissen, was von außen kommende Signale bedeuten, so schlage ich darin nach. Stirnrunzeln eines anderen Menschen bedeutet dann in meinem persönlichen Wörterbuch nicht so sehr, dass dieser Mensch vielleicht über irgendein Problem nachdenkt, sondern dass er mit mir nicht einverstanden ist. Häufig zeigt es sich erst nach langen Diskussionen, dass in der Deutung dieser Signale das entscheidende Missverständnis liegt. Der Komplex hat eindeutig die Funktion eines Speichers, der jedoch im Sinne der Begrenztheit der persönlichen Lebensgeschichte sehr einseitig programmiert und gefüllt ist. Komplexe sind Vergleichs- und Urteilsmaßstäbe, als solche unvermeidbar, wenn auch immer einseitig. Sich ihrer bewusst zu sein und damit das persönliche Ich in die eigene Gleichung einsetzen zu können, ist eine unabdingbare Forderung, wenn man sich selbst oder anderen nicht unnötig Unrecht tun und Missverständnisse nach Möglichkeit vermeiden möchte.

{622} Die Frage des Selbstwertes ist keine Frage der persönlichen Entscheidung oder Freiheit. Der archetypische Aspekt des eigenen Wertes konstellierte sich in jedem Leben spontan. Noch ehe ich davon sprechen kann oder überhaupt etwas davon weiß, dass es ein Selbstwertgefühl gibt, reagiert mein Organismus in der Dimension Selbstwert und Selbstunwert. Die Wertfrage ist eine biologisch vorprogrammierte Dimension des Verhaltens. Jeder einzelne findet sich auf ihr irgendwo wieder. Diese Dimensionen der psychischen Konstellation gehören ebenso zum Menschen wie Hand und Fuß und andere Organe. So wie Bewegungen spontan auftauchen, geschieht es auch mit dem Selbstwertgefühl, der Geborgenheitssehnsucht, dem Muttererleben. Jedes Kind befindet sich gewissermaßen in einer Selbstwerterlebensbereitschaft und ist auf diese Weise einem offenen Gefäß vergleichbar. Da jedes Sein seine Negation bedingt, gehört zum Selbstwert allerdings auch die Dimension des Selbstunwertes. Die Polarität und innere Gegensätzlichkeit vieler psychischer Phänomene gehört zur Grundausstattung des Menschen. Antwortet nun auf diese Selbstwerterlebensbereitschaft eine negativ eingestellte Mutter oder ein kalt, vielleicht auch grob reagierender Vater, der den Säugling straft, so bildet sich das erste Gefüge eines negativen Selbstkomplexes. Auf einer frühen Stufe kann der Selbstwert mit Schmerz und Unlust, das Lächeln des Kindes mit einer abweisenden Miene der Mutter verbunden werden. Im Extremfall bleibt der Selbstwert eine Leerstelle in der psychischen Ausrüstung eines Menschen. Dagegen konstellierte sich in zunehmendem Maße das Gefühl des Unwertes: durch meine Existenz löse ich bei Vater und Mutter negative Reaktionen aus. Dabei können sich durchaus innerfamiliäre Spaltungen zeigen. Mit der Großmutter verbinden sich mit meinem Selbst vielleicht positive Gefühle, die sie mir zeigt. Sie freut sich, dass ich da bin, sie gibt Wärme und Zärtlichkeit. So kann es schon sehr früh in der Entwicklung eines Menschen zu Spaltungen innerhalb seines Selbstwertsystems kommen. Da ein positives und gut verankertes Selbstwertgefühl lebensnotwendig ist, wird der kindliche Organismus ganz spontan alle Anstrengungen unternehmen, um positive Selbstwertgefühle zu erhalten. Ist das Lächeln der Mutter, das mich bestätigt, an ganz bestimmte Verhaltensweisen gebunden, werde ich diese lernen.

{623} Die Komplexe vernetzen sich in der Psyche zu einem funktionalen Gebilde. Der Unwert meiner Person ist mit anderen großen Komplexen verbunden, beispielsweise dem der Geschlechtlichkeit. «Weil ich ein Mädchen war, wurde ich nicht geliebt.» Mehrere Kernelemente sind biologisch oder mit sozialer Notwendigkeit einander zugeordnet. So bilden zum Beispiel Mutter - Selbstwert - Geschlechtlichkeit ein solches Komplexdreieck, ein funktionales Netz, das das Verhalten des Menschen steuert. Jedem dieser Komplexe sind viele kulturbezogene, familienbezogene und ganz persönliche Elemente zugeordnet. Innerhalb dieses Netzes bewegt sich das Leben. In gewissem Sinne sind wir alle «im eigenen Netz gefangen».

{624} In der analytischen Psychologie gehen wir davon aus, dass es ein grundsätzliches funktionales Netz solcher Kernelemente in der Psyche gibt. Funktional sind diese Elemente deshalb, weil im Laufe der Evolution nur solche psychischen Teilsysteme erhalten geblieben sind, die dem Weiterleben und der Forderung des Organismus dienen. Ein Netz sind sie deshalb, weil sie als aufeinander bezogen zu denken und in diesem Sinne auch voneinander abhängig, interdependent sind. Die analytische Psychologie definiert die psychische Struktur als ein System interdependenter funktionaler Komplexe und die psychischen Erkrankungen als Störungen dieser funktionalen Interdependenz. Die notwendige biologische Abhängigkeit von der Mutter bringt es mit sich, dass ich ihre Einstellung meiner Geschlechtlichkeit und damit zu meinem Selbstwert zwangsläufig übernehme. So ist der Raster festgelegt, in dem ich meine Umgebung und mich selbst wahrnehme.

{625} Nach unserem heutigen Kenntnisstand lassen sich typische, in dieser fest gefügten Kombination immer wieder vorkommende Komplexe kennzeichnen. Die Annahme oder bei neurotischen Störungen häufig die Ablehnung der

eigenen Geschlechtlichkeit sind hierfür ein Beispiel. Es entwickeln sich die bekannten Neidreaktionen auf das andere Geschlecht. Hierzu leisten die gruppenbedingten Komplexe, die sich an die Dominanten des kollektiven Bewusstseins anschließen, weitgehend Vorschub. Die Gleichwertigkeit der Frau ist in unserer Gesellschaft noch nicht realisiert, was Anlass zu vielerlei Missverständnissen bietet. Gleichwertigkeit und Gleichartigkeit werden oft verwechselt. Viele Frauen streben nach einer Ähnlichkeit mit dem Mann und nehmen dabei unbewusst einen schwerwiegenden Verlust eigener Weiblichkeit in Kauf. Im Laufe der persönlichen Entwicklung erweitert sich so ein das Frausein abwertender Komplexkern; er wird die Grundlage für Verallgemeinerungen. Schon im Laufe weniger Generationen werden dadurch Veränderungen der Einstellung zur Mutterrolle, zur Rolle als gegengeschlechtlichem Wesen in der Partnerschaft, in Familie und Gesellschaft hervorgerufen. Die gesellschaftlich verankerte, zumindest teilweise Entwertung der Weiblichkeit, bietet die Grundlage für den persönlichen Minderwertigkeitskomplex im Hinblick auf das eigene Geschlecht.

{626} Unter Umständen werden dann, um die schädliche Wirkung eines solchen Komplexes wieder aufzuheben, auch Vorstellungen integriert, wie schön eine Frau sein muss, um den Männern zu gefallen; Idealbilder der Mütterlichkeit werden dem Verhalten aufgepfropft und entsprechende Normen entwickelt. Ebenso wahrscheinlich sind Protesthaltungen, die mit großer Heftigkeit gerade das ablehnen, was Männer sich von Frauen wünschen. Die Vielfalt der Möglichkeiten ist individuell unendlich groß, an der formalen Grundstruktur des Komplexes ändert sich damit nichts. Es handelt sich immer um mit einem Kernelement fest zusammengefügte Randelemente, als gefühlsbetonte Vorstellungsgruppen im Unbewussten mit Bild- und Sprachanteilen existierend, die unsere Struktur oder unsere psychische Konstitution, wie JUNG es nannte, ausmachen.

{627} Dabei ist es eine theoretisch interessante Frage, ob man die Verbindung von Selbstwert bzw. - unwert und Geschlechtlichkeit als das funktionale Netz zweier Komplexe um das jeweilige Kernelement auffassen will, oder sie als einen gemeinsamen Komplex, wie er sich im Erleben des Menschen auch darstellt, sehen möchte. Die Geschlechtlichkeit wäre dann ein Teilelement des Komplexes um den Selbstwert.

Autonomie der Komplexe und Grenzen des Ich

{628} C. G. JUNG hat immer wieder auf die Autonomie der Komplexe hingewiesen. Er hat sie mit «Teilpersönlichkeiten» verglichen und damit ihre Eigenwilligkeit, ihr Eigenleben und auch ihre besondere Zielstrebigkeit gekennzeichnet. Auf die Wirkung der Komplexe als Raster der Wahrnehmung, als Faktoren, die die persönliche Sichtweise prägen und von Situation zu Situation verändern können, ist im vergangenen Abschnitt schon hingewiesen worden. Jeder Leser wird folgende Erfahrung kennen: Obwohl man weiß, dass andere Leute auch nicht viel klüger sind als man selbst, fällt es einem vielleicht in einer größeren Veranstaltung schwer, eine Diskussionsbemerkung zu machen. Man zögert und wartet, ärgert sich zugleich über seine eigene Ängstlichkeit und bleibt doch wie gebannt auf seinem Stuhl sitzen. Am besten drückt das Bild von «zwei Seelen wohnen ach in meiner Brust» diesen Sachverhalt aus. Die eine Seite will, dass ich mich erhebe und rede, die andere hält mich zurück. Setzen wir die Seite, die aufstehen und sprechen möchte, mit dem «Ich» in Verbindung im Sinne von «Ich will eine Diskussionsbemerkung machen», so vertritt die andere Seite einen «Gegenwillen». Meist bin ich mir nur der einen Seite bewusst, die Motive der anderen Seite sind mir häufig, zumindest zum Zeitpunkt der Diskussion, nicht zugänglich. Eine genauere Analyse zeigt, dass die Komplexe der Gegenwille in der Persönlichkeit sind und dem Ich die entsprechenden Grenzen setzen. Hinsichtlich der eben angeführten Situation zeigt sich meist bei näherem Nachfragen sehr rasch, dass wir auf den schon besprochenen Komplex «Selbstwert» stoßen. Der Gegenwille geht von den mit diesem Komplex auf seiner Unwertseite fest verbundenen Erfahrung der Unzulänglichkeit, des «doch immer kritisiert werdens» zurück. In der aktuellen Situation mag die gespürte Hemmung und Lähmung sehr hinderlich sein. Verfolgt man diesen Sachverhalt jedoch in der Entwicklungsgeschichte dieses Menschen, so zeigt sich die Zurückhaltung als eine sinnvolle und notwendige Vorsichtsmaßnahme des Organismus. Kritik tut weh, das Selbstwerterleben wird dadurch zum Teil sehr verletzt. Solche Verletzungen sind für den Organismus auf die Dauer unerträglich. Er schützt sich und zeigt seine Lebendigkeit bei jenen Aktionen und Reaktionen, die immer wieder zu Schmerz und Verletzung geführt haben, nicht mehr. Aktion oder Reaktion bleiben aus, werden bestenfalls noch ansatzweise innerlich erlebt als Impuls, der sich jedoch nicht mehr durchsetzt. In diesem Falle wäre der Gegenwille eine wichtige Schutzmaßnahme. Hier zeigt sich deutlich, wie relativ die Begriffe «gesund» und «krank» sein können. Was in der jetzigen Situation als Hemmung und Lähmung erscheint, erweist sich bei genauerem Hinschauen und im Hinblick auf die entsprechenden Situations- und Lebenszusammenhänge als richtig und gut.

{629} Dass ich mich in der Diskussion nicht erhebe und meinen Gedanken äußere, lässt sich auch noch von einem anderen Gesichtspunkt her betrachten. «Gegenwille» heißt ja auch, dass dieser Seite der Persönlichkeit erhebliche Energien zur Verfügung stehen müssen, denn sie setzt sich ja den anderen Wünschen gegenüber durch. Mit den Komplexen verbinden sich somit starke Energien, die frei werden, wenn ein Komplex in den Bewusstseinsraum einbricht und das Bewusstsein zu beherrschen beginnt. Er «besetzt» gewissermaßen das gesamte bewusste Erlebens- und Handlungsfeld und «verdrängt» andere Persönlichkeitsanteile und -tendenzen. Sie kommen buchstäblich «nicht zu Worte».

629.1. Diese energetische Ladung des Komplexes erklärt sich auf zweierlei Weise: einmal aus der hohen vitalen Bedeutung des archetypischen Kernes eines jeden Komplexes, zum anderen aus den meist in dem Komplex enthaltenen emotionalen Mangelzuständen, etwa an Zuwendung und Anerkennung, um wieder auf das Selbstwertproblem

zurückzukommen. Man kann einen Komplex sehr gut mit einem Atom und seinen Valenzen vergleichen. In diesem theoretischen Modell gesehen hätte der Kern des Komplexes wie das Atom «Arme», die anderes anziehen, aufgreifen und mit ihm feste Verbindungen eingehen. Wir hatten von der Polarität der psychischen Dimensionen gesprochen. Zum Kernelement Selbstwert gehört die Polarität Wert - Unwert. Die positive Wertseite zieht Erlebnisse an wie Anerkennung, Bestätigung, Vertrauen; die Unwertseite solche wie Untauglichkeit, Wertlosigkeit, Verworfenheit. Damit verbinden sich jeweils die entsprechenden Gefühle der Freude und Verzweiflung, der Geborgenheit und Hoffnungslosigkeit. Wir sprechen von der Affinität des Komplexkerns zu bestimmten Erlebnisbereichen.

{630} Nicht selten bleiben die positiven Valenzen unbesetzt, sie enden frei im psychischen Raum und bleiben auf der Suche nach entsprechenden Elementen. Diese defizitäre Komplexseite ist voller potenzieller Energie. Sie wird zur treibenden Kraft, um die Leerstellen endlich zu besetzen. Dass es sich hier um einen biologisch sinnvollen Antrieb handelt, ist unmittelbar einsichtig. Wer nie vertrauen durfte, hat zeitlebens Sehnsucht nach einer vertrauten und angstfreien Atmosphäre. Sehnsichte solcher Art sind häufig zu finden, erleiden doch die meisten Menschen einen Mangel an liebevoller Zuwendung.

{631} Das energetische Moment bezieht sich aber auch auf die negativen Komplexanteile, die das Leben lange Zeit völlig überschatten können. Wenn die mit den jahrelangen Kränkungen und Verletzungen assoziierten Hassaffekte ins Bewusstsein einbrechen, oder wenn die Anteile von Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit wieder lebendig werden, können sehr gefährliche Situationen entstehen. Das Verhalten wird, einem Automatismus vergleichbar, in bestimmte Bahnen gelenkt. Die Gedanken kreisen immer wieder um die Aussichtslosigkeit der Situation, die Hoffnungslosigkeit lahm Motorik und Appetit, sie reicht bis weit in die körperlichen Funktionen hinein. Der Hass aktiviert den Organismus und programmiert sehr einseitige Handlungen. Das Bewusstsein engt sich völlig ein und wird mit dem angesprochenen Komplex identisch. Es verliert weitgehend seine Autonomie; die Autonomie und Eigenwilligkeit des Komplexes beherrscht das Feld. Beschrieben wird dieser Zustand von Betroffenen mit Worten wie: «Ich bin durch und durch verzweifelt», «Ich werde meiner Verzweiflung nicht mehr Herr», «Wenn das so weitergeht, weiß ich nicht, was ich tue». Solche und ähnliche Erlebensbeschreibungen decken sich völlig mit dem Versuch der theoretischen Analyse dieser wichtigen und zugleich sehr schwierigen und «komplexen» Situation. Das Ich hat der mächtigen Komplexkonstellation zunächst wenig entgegenzustellen. Verbindet sich der Komplex, durchgebrochen ins Bewusstsein, noch mit entsprechenden Über-Ich-Anteilen im Sinne von «Ein Mensch wie du hat auch nichts besseres verdient» oder ähnlichem, so ist es nicht verwunderlich, wenn das Ich seine Position nach und nach aufgibt und in tiefe Resignation fällt. Freunde, Partner oder auch ein Therapeut haben hier die Funktion eines Hilfs-Ich zu übernehmen und zeitweilig die entsprechenden Ich-Funktionen zur Verfügung zu stellen. Sind die Gedanken des Betroffenen völlig vom Komplex gefangen, so muss wenigstens für eine kurze Zeit ein anderer mitdenken oder sogar für ihn denken. In extremen Fällen ist der Mensch nicht mehr in der Lage, die Verantwortung für sich zu übernehmen. Psychologisch heißt das, dass das Ich außer Funktion gesetzt ist.

{632} In solchen Situationen zeigt sich, dass der Leidende, der Patient im ursprünglichen Sinne, Hilfsfunktionen braucht und auch gern annimmt und zu Arzt, Pfleger, Freund oder Therapeut ein Vertrauensverhältnis gewinnen kann. Man muss sich allerdings fragen, wie das möglich ist, angesichts der schwerwiegenden Bedrohung seines Ich. Hier ist wieder auf die Polarität des archetypischen Kerns zu verweisen. Auch wenn die positiven Affinitäten und Valenzen aufgrund der vielen frustrierenden Erlebnisse nicht besetzt sind, so sind sie doch als Möglichkeit vorhanden. Der Organismus ergreift, wie ein Ertrinkender, jede Chance, um sie auf geeignete Personen zu übertragen und dort zunächst festzumachen. So erklären sich auch die zum Teil hartnäckigen und schwer zu beeinflussenden Bindungen an Ärzte, Therapeuten und Freunde oder an Ehepartner. Die Verinnerlichung, die Reintegration der positiven Möglichkeiten, die Zurücknahme dieser Übertragungsprojektionen ist ein schwieriger und von vielen Ängsten begleiteter Prozess. Es besteht so viel Misstrauen gegenüber den Möglichkeiten der eigenen Seele - Vertrauen konnte nicht gelernt werden -, dass der Glaube an sich selbst und den eigenen Wert nur sehr langsam wächst. In dem - schon an anderer Stelle erwähnten - alten chinesischen Weisheitsbuch I-Ging gibt es das Bild «Das Heer» (Nr. 7). Dort heißt es: «Das Heer braucht Beharrlichkeit und einen starken Mann.» Und: «Inmitten der Erde ist Wasser, das Bild des Heeres.» Ferner: «Ein Heer muss ausziehen nach der Ordnung. Ist die nicht gut, droht Unheil.» Richard WILHELM kommentiert: «Das Grundwasser ist unsichtbar inmitten der Erde vorhanden. So ist auch die Kriegsmacht eines Volkes unsichtbar in seinen Massen vorhanden. Jeder Bauer wird, wenn Gefahr droht, Soldat und kehrt nach Beendigung des Krieges hinter seinen Pflug zurück. Diese latenten Kräfte dienen aber nur dann einem positiven Ziel, wenn sie sich einer bestimmten guten Ordnung fügen.»(13)

{633} Es mag gewagt erscheinen, gerade dieses Bild bei der Darstellung der Komplexe heranzuziehen. Aber es fiel mir bei der Ausarbeitung dieses Kapitels zu und gibt eigentlich die Eigenart und Kraft der Komplexe in analoger Form sehr gut wieder. Denn die Komplexe sind eine unbewusste, latente und jederzeit erweckbare Macht, die größtes Unheil anrichten und die Persönlichkeit verwüsten kann, die aber auch sehr starke Kräfte im Sinne der Anziehung positiver Valenzen in sich trägt. Gelingt es dem Ich und dem Bewusstsein nicht, in Beziehung zu diesen wichtigen dynamischen und strukturellen Elementen der Psyche zu treten, so verfängt sich das Ich im Netz der Komplexe. Der Heerführer verliert die Gewalt über die Massen und über ihre Energie. Ein destruktives Chaos ist die Folge. Die ständige bewusste Auseinandersetzung des Ich mit dem Komplex - vielleicht eine Zeit lang unter analytischer Begleitung - vermag dem Ich wieder Zugang zu vermitteln zu den Energien, aber auch zu den lebenswichtigen archetypischen Kernelementen, um die herum die Komplexe sich aufbauen.

{634} Die vitale, archetypische Bedeutung und die großen affektiven Energien sind die Quelle der Autonomie und Eigenwilligkeit der Komplexe. Noch einmal sei betont, dass dieser Autonomie dieselbe Polarität zukommt, die wir im psychischen Bereich immer beobachten können. Die den Polen zuzuordnenden Energien können das Leben fördern und erhalten, sie können es aber auch zerstören. Die übergreifenden psychischen Systeme Ich und Selbst sind maßgeblich dafür, wie sich diese Dynamik im einzelnen entwickelt. Auf einige Einzelheiten werden wir im nächsten Kapitel zu sprechen kommen.

Hinweise für den Therapeuten

{635} Wir hatten die Komplexe als festgefügte Vorstellungsgruppen kennen gelernt, ergänzt durch Gefühle und Affekte, Sprachfiguren und Bilder. Aus der allgemeinen Psychologie und der Biologie wissen wir, dass Einengungen der Lebensmöglichkeiten bis hin zu völliger Einseitigkeit und Starre sehr bedrohlich sind. Das Gegensatzpaar Rigidität/Flexibilität erweist sich als eine Grunddimension zum Verständnis des organismischen und psychischen Geschehens, in seinen normalen wie in seinen gestörten Funktionen. Rigidität heißt, dass der Organismus kaum noch zu den Umstellungen fähig ist, die für die Anpassung an die Welt notwendig sind. Er begegnet jeder Situation prinzipiell auf die gleiche Weise. Dominiert die Bedeutung des Geldes in einem Familienkomplex, so erstirbt jede Freude und Lebensmöglichkeit an der monotonen Frage: «Was kostet das?» Beherrscht ein strenger Gott das Leben, so erstirbt die Spontaneität an der eintönigen Frage: «Was wird Gott hierzu sagen?» Ängste können zum Beispiel Menschen dazu bringen und zwingen, selbst Kleinigkeiten mit größter Konzentration und Anstrengung zu bearbeiten. Wichtiges und Unwichtiges wird mit dem gleichen Kraftaufwand angegangen. Die Anspannung der Muskulatur bleibt ständig die gleiche, ob der Betreffende nun am Steuer seines Wagens sitzt, eine schwere Kiste hebt (wofür die muskuläre Anspannung adäquat wäre) oder sein Kind streichelt und umarmt. Die Bewegungen wirken hart, eckig, hölzern. Häufig entwickeln sich mit der Zeit Rücken-, Schultern- oder Kopfschmerzen, die Durchblutung wird behindert und die Wärme-Kälte-Regulierung gestört. Das Kältegefühl führt zu weiterer Anspannung, die Anspannung zu neuen Schmerzen und Verkrampfungen. Ein Teufelskreis setzt sich in Gang, der oft gar nicht mehr oder nur sehr mühsam unterbrochen werden kann. Man kann die Meinung vertreten, solche Leute sollten lernen, Wesentliches von Unwesentlichem zu unterscheiden. Bis zu einem gewissen Grad ist es richtig, und oberflächlich gesehen erscheint das als die geeignete Lösung. Sicher sollte versucht werden, entsprechende Lernhilfen oder Denkanstöße zu geben. Aber die genannte Unfähigkeit ist häufig eine Folge der Angst, etwas falsch zu machen, und eine Folge der Hoffnung, die auf das Misslingen immer erfolgende Kritik oder gar Strafe durch größere Anstrengung vermeiden zu können. Das Ausbleiben des ersehnten Erfolges führt zu noch größerem Kraftaufwand und eines Tages zu depressiven Erschöpfungszuständen und zur Resignation. Diese Folgeerscheinungen sind leider nicht nur bei Erwachsenen zu beobachten. Der Schulstress unserer Kinder ist ein trauriges Beispiel hierfür. Die Resignation als negative Folge solcher Erlebnisse und Ereignisse schränkt den Handlungsspielraum des Betroffenen wesentlich ein und belastet sehr. Also: sieht man die Resignation im Rahmen einer Überlebensstrategie des Gesamtorganismus, so meint sie eine Reduktion des Kraftaufwandes auf ein diesem Organismus noch erträgliches Maß. Aus der Resignation heraus werden bestimmte Aufgaben nicht mehr in Angriff genommen, das heißt, es findet eine Regulierung des Krafteinsatzes statt, die unter den herrschenden Gegebenheiten äußerst sinnvoll ist. Der Preis dafür ist allerdings hoch: der Betroffene zahlt mit Lebensfreude und frustrierenden Einschränkungen seiner Bewegungsmöglichkeit. Der volle Sinn einer Reaktion oder eines Verhaltens zeigt sich jedoch erst, wenn man sie unter diesem Doppelaspekt betrachtet und sich fragt, was der Organismus durch die Entwicklung eines solchen Reaktionssystems gewinnt. Diese Frage - stellt man sie sich selbst, oder stellt sie der Therapeut während einer Behandlung - ist äußerst wichtig. Sie ist nicht nur der Schlüssel zur möglichen Lösung, sie verhindert auch ein Hadern oder bitter Werden mit seinem vermeintlich «bösen» Schicksal.

{636} Was haben diese Überlegungen mit der Heilung negativer Wirkungen der Komplexe und ihrer Ursachen zu tun? Wenn sich die feste Verknüpfung als Grundlage der Rigidität erweist, so muss sie gelockert oder kompensiert werden. Neue Elemente müssen hinzukommen, die die Wirkung der negativen Anteile eliminieren oder kompensieren. Gab es aufgrund der bisherigen Komplexstruktur nur das Wahrnehmungs- und Verstehensraster «Ich taue doch zu nichts», so muss diese Sichtweise durch neue Perspektiven ergänzt werden. Neue Perspektiven heißt aber im Rahmen der Komplextheorie, dass bisher unbesetzte positive Valenzen mit entsprechenden gefühlsstarken Erlebnisgehalten und Perspektiven ergänzt werden müssen. Dabei ist es von der therapeutischen Technik her gesehen zunächst gleichgültig, ob man vom «Neulernen», von der «Konstellation der unbewussten Gegenposition» oder von neuen «kognitiven Ansätzen» spricht. Die Zielvorstellung bleibt für jede Technik die gleiche: alte, lebensgeschichtlich bedingte Einseitigkeiten und Einengungen bedürfen der Erweiterung, der Ergänzung, der Hinzufügung gegensteuernder Elemente.

{637} Praktisch ist das mit großen Schwierigkeiten verbunden, denn das Energiepotential der alten Komplex-Gruppe ist hoch. Dabei macht der Therapeut häufig eine eigenartige und unerwartete Beobachtung: statt auf Zuspruch und Ermutigung einzugehen, hält der Patient mit großer Beharrlichkeit an seinem negativen Selbstbild fest. Selbst beweisführende Hinweise des Therapeuten auf gelungene Vorhaben, positive Eigenschaften oder erlebte Anerkennung durch andere Personen werden konsequent als Ausnahme entkräftet. «Ein blindes Huhn findet schließlich auch einmal ein Korn.» Vom Selbstbild her gesehen bedeutet das: «Ich bin ein blindes Huhn, es war Zufall, dass mir etwas gelang. Und wer mich schätzt, kennt mich noch nicht richtig, sonst würde er sich von mir abwenden.» Der Komplex erweist sich als starrer Raster der Selbst- und Fremdwahrnehmung.

{638} Um dieses Verhalten zu verstehen, müssen wir annehmen, dass die Entwertung der eigenen Person in der Entwicklungsgeschichte dieses Menschen für sein Überleben einen sinnvollen Stellenwert hatte. Vielleicht wurde diese, natürlich falsche, Form der Demut als großes Verdienst gewertet. Ein unerwünschtes Kind kann manchmal nur dadurch weiterleben, dass es sich in jeder Hinsicht «klein macht» und möglichst nicht in Erscheinung tritt. Es darf sich nicht herausstellen oder gar Ansprüche geltend machen. Im Gegenteil: Selbstkritik bis hin zur Ent-Selbstung ist seine einzige Chance, wenigstens etwas positive Zuwendung von den Eltern zu bekommen. Solche Entwicklungen sind manchmal zu beobachten, wenn Kinder der Anlass von Eheschließungen mit ungeliebten Partnern sind. Beide lasten ihr Schicksal dem Kind an, in dem die Verbindung von Überleben und Selbstvernichtung so fest geknüpft ist, dass später jeder Versuch einer Lockerung als lebensbedrohend angesehen werden muss. Das immer lebendige, wenn auch schwer geschädigte Kind im Patienten fragt sich jetzt: «Soll ich das tun, was mich vernichtet?» Jetzt sehen zu lernen, dass Gestern und Heute zwei grundlegende Dimensionen der Zeit sind, ist besonders dann schwierig, wenn die Vergangenheit so böse war, dass sie die Gegenwart immer noch überschattet. Diese alten Verknüpfungen sind schwer aufzulösen. Ganz unmöglich ist es fast immer, allein diese Arbeit zu leisten. Doch der geschützte Raum einer Liebesbeziehung, einer Freundschaft oder einer Therapie bietet die Chance zur Übertragung, das heißt zur Neubelebung der in jedem Menschen archetypisch angelegten Vertrauensmöglichkeiten. Ich erinnere hier noch einmal an den archetypischen Kern des Mutterkomplexes. Die zur Grunderlebnisausstattung gehörende Möglichkeit vertrauensvoller Zuwendung zu einem anderen stellt einen Teilaspekt des Mütterlichen dar. Mütterliches ist Dialog oder Dyade. «Mutter» ist grundsätzlich bezogen auf Kind und neues Leben. Der Bezogenheitsaspekt im archetypischen mütterlichen Kern bietet die Möglichkeit zur Veränderung.

{639} Solche Übertragungen sind oft nicht einfach für den, dem sie «zum Tragen» gegeben werden. Therapeuten sind auf die Schwierigkeiten gefasst, doch Freunde oder Liebespartner können überrascht oder auch erschreckt darauf reagieren. Kindliche Anhänglichkeit, Angst vor Kritik und Strafe, «du darfst nie mit mir schimpfen», rascher Rückzug in eine persönliche Verslossenheit und der Kampf mit der angstvollen Frage, ob man wirklich geliebt wird, sind einige Seiten dieser Schwierigkeiten. Sie müssen aufbrechen, wenn die Beziehung, in der die Übertragung stattfindet, Bestand haben soll, denn in die Partnerschaft wird das geschädigte Kind mitgenommen.

{640} Die Grenzen der Handlungsfähigkeit des Ich werden angesichts der Komplexe besonders deutlich. Dem Ich ist deshalb auch nur eine begrenzte moralische Verantwortung und Handlungsverpflichtung aufzubürden, diese soll allerdings eindeutig und mit Nachdruck vorgenommen werden. Der Sachverhalt lässt sich jedoch nur paradox formulieren: Dem Komplex gegenüber ist das Ich weitgehend machtlos, dennoch ist es verantwortlich für sein Handeln. Trotzdem ist das Ich, die spontane Heilungstendenz des Organismus, auf die Selbstregulierung des psychischen Systems angewiesen. Die Konstellation, das heißt die Bereitstellung entsprechend gerichteter psychischer Kräfte ist sowohl eine Denknöwendigkeit wie eine tägliche persönliche und klinische Erfahrung. Plötzlich taucht das Fünkchen Hoffnung auf, woher es auch immer kommen mag. Das Ich des Patienten kann - manchmal allerdings nur mit therapeutischer Hilfe - dafür den Boden so gut wie möglich bereiten, «machen» kann es das nicht. Vom Bewusstsein her gesehen spielt sich hier ein irrationales Geschehen ab, es ist Gnade, die der Mensch erfährt. Die neuen Möglichkeiten zeigen sich in Träumen und Fantasien, in plötzlichen Einfällen, Körperreaktionen und spontanen Gefühlen. So sucht die Psyche einen sehr persönlichen Weg zur Veränderung des starren Lebensmusters, an welches das Ich bisher leidvoll gebunden war. Das Leben bewegt sich wieder, zunächst langsam, vorsichtig, wie ein ängstlich witterndes Reh. Doch hat dieses Tier erst einmal seine Quelle gefunden, aus der es neue Kraft schöpfen kann, wird es bald mit größeren Sprüngen in eine Zukunft voller Lebendigkeit vorwärts laufen. Komplexe sind auch dem Grundwasser vergleichbar, es ist bestimmend für die Fruchtbarkeit des Bodens. Mehrfach wurde das Wort «System» gebraucht. Die Konzepte der analytischen Psychologie werden ansatzweise systemtheoretisch formuliert. Die vorausgegangenen Überlegungen lassen sich folgendermaßen zusammenfassen: Komplexe werden im Laufe des Heilungs- und Wandlungsprozesses von geschlossenen in offene Systeme übergeführt. Sie sind damit den Reizen von innen und außen, vom Selbst und der Umwelt wie auch dem Eingriff des Ich wieder zugänglich. Sie stellen offene Systeme mit Selbstregulierung dar. Der Patient ist damit wieder «an das Leben angeschlossen».

{641} Abschließend sei ein Beispiel aus einer Paar-Therapie angeführt, das die Anfänge der Wandlung und der Konstellation verdeutlichen soll:

{642} In einer Sitzung standen sexuelle Begegnungsprobleme im Mittelpunkt der Auseinandersetzung des Paares. Plötzlich, als die Frau versuchte, sich auf das zu konzentrieren, was sich im Augenblick in ihr konstellierte, tauchte ganz unerwartet das Bild eines schweren Autounfalls in allen Einzelheiten wieder auf. Diesen Unfall hatte sie als fünfzehnjähriges Mädchen erlebt. Gelegentlich und beiläufig hatte sie schon einmal darüber gesprochen, er war als bewusstes Erleben zugänglich. In dieser Stunde aber erinnerte sie sich unter heftigem Weinen, wie ihr damals blitzartig der Gedanke durch den Kopf schoss «Jetzt bist du da unten ganz kaputt». Schocks und Traumata dieser Art führen sehr häufig zu festen Vorstellungsverbindungen im Sinne eines Komplexes. Hier handelt es sich um die Verbindung «Unterleib» und «kaputt». Für diese Frau war aber kaputt und kaputtmachen auch mit dem Eindringen des männlichen Gliedes verbunden. Durch die entsprechende gedankliche Verbindung wurde die sexuelle Begegnung der beiden Partner in Analogie zu diesem Autounfall gesetzt. Unglücklicherweise kam bei dieser Frau noch ein allgemeines Unwertgefühl im schon besprochenen Sinne im Hinblick auf ihr Mädchen- und Frausein hinzu. Bei der aktuellen sexuellen Begegnung stellen sich dann Gedanken ein wie: «Eine andere könnte es bestimmt besser», «Wie lange wird er noch bei mir bleiben?» usw. Hinzu kommen nicht selten heftige Affekte gegen den Partner, der sie schon wieder in

eine solche missliche Lage bringt und die Komplexe provoziert. Für die Therapie ist das Wiederauftauchen dieses Unfallschocks sehr positiv zu bewerten. Der Patientin wurde auf diese Weise eine Verbindung deutlich, die nichts mit ihrem Wert zu tun hat. Erwähnt werden muss, dass die Patientin keine körperlichen Schäden von dem Unfall davongetragen hat. Im Sinne der Selbstregulierung des psychischen Systems wurde jetzt die Möglichkeit angeboten, diese Vorstellungsverbindung zu lösen und damit einen Schritt zu größerer Flexibilität im sexuellen Bereich zu tun. Weder Patient noch Therapeut können es vorher wissen, welcher Schritt als nächster in einer Behandlung zu vollziehen ist.

Für den Betroffenen

{643} Viele persönliche Schwierigkeiten und scheinbar unlösbare Probleme sind eng mit einem entsprechenden Komplex verknüpft. Das gleiche gilt für die großen Themen meines Lebens, die mich über Jahre beschäftigen. Trotz mannigfacher Belastung und feststellbarer Schädigung sollten Sie daran festhalten, dass viele Ihrer zunächst unverständlichen Reaktionen im Sinne eines Überlebens unter den Ihnen beschiedenen besonderen Lebensbedingungen wichtig und notwendig waren. Heute möchten Sie vielleicht anders handeln, auch andere Einstellungen und Vorstellungen entwickeln, da Sie bewusst nachdenken und freier entscheiden können. Als Kind sind Sie ein abhängiges Wesen, dessen Seele sich weitgehend nach Maßgabe der elterlichen Einstellungen, Befürchtungen und Hoffnungen entwickelt.

{644} Gehen Sie zunächst davon aus, dass die schmerzlichen Stellen Ihres Lebens mit entsprechenden psychischen Komplexen identisch sind. Wenn Sie nicht glauben können, dass Ihr Partner Sie liebt, wenn Sie meinen, immer etwas Besonderes leisten zu müssen, um Anerkennung zu finden, wenn Sie sich immer wieder darüber Gedanken machen, ob Sie Ihren Kindern nicht noch mehr hätten geben, noch besser für sie sorgen sollen, oder welche Frage Sie sonst beschäftigen mag, Sie befinden sich damit im Bannkreis eines Komplexes. Wie in den vorangegangenen Abschnitten ausgeführt, engt das Ihre Denk- und Wahlmöglichkeiten wesentlich ein, der Komplex zwingt Sie, immer wieder über dieselben Fragen nachzudenken und sie auf eine bestimmte Art zu sehen. Schließlich drehen Sie sich im Kreise um die eigene Achse, die in diesem Fall durch das Komplexfeld dargestellt wird.

{645} Versuchen Sie zunächst, sich darüber klar zu werden, welche Fragen oder Themen Sie immer wieder beschäftigen. Auf diese Weise können Sie das Kernelement finden. Nach und nach wird sich herausstellen, was im Einzelnen alles zu diesem Themenkreis gehört, in der Vergangenheit und in Ihrer jetzigen Situation. Scheuen Sie auch vor den negativen Gefühlen und Affekten nicht zurück. Erfahrungsgemäß kann nur das Ihnen Bekannte und Bewusste bearbeitet werden. Die Erkenntnis des Komplexzusammenhanges gibt Ihnen die Möglichkeit, die einzelnen Elemente neu zu durchdenken und Schritt für Schritt zu verändern. Da sich die Komplexe um lebenswichtige Zentren gruppieren, verlieren Sie die entsprechenden Lebensmöglichkeiten, wenn Sie sich nicht damit auseinandersetzen. Es mag schmerzlich sein, die Leidensgeschichte Ihres Selbstbildes oder Ihrer Geschlechtlichkeit - wie Sie sich selbst sehen oder bewerten - wieder aufzurollen, aber nur so finden Sie Zugang zum Gegenpol des vermeintlichen Unwertes, zu Ihrem Wert. Oft hilft es, sich eine kleine Skizze des Komplexes anzufertigen, wie es vorhin im Text angegeben wurde.

{646} Es ist auch gar nicht unnatürlich und an sich krankhaft, um das Vorhandensein des Komplexes zu wissen oder «Komplexe zu haben». Jeder Mensch hat sie, sie sind, wie einleitend zitiert, normale Lebenserscheinungen der Psyche. Das ist nicht die entscheidende Frage. Entscheidend ist, wie Sie sich zu ihnen und wie sich die Komplexe zu Ihrem Ich verhalten. Stellen Sie einmal zusammen, was Sie alles Negatives oder Positives über sich denken. Welche guten oder welche schlechten Eigenschaften schreiben Sie sich zu? Wie bewerten Sie sich? Unterhalten Sie mit dieser Ihrer Einstellung vielleicht den negativen Komplexkern des Unwertes, statt am positiven Kern des Wertes zu arbeiten?

{647} Beim genauen Hinsehen und Hinhören dürften Sie feststellen, dass die Komplexe auch viel mit den im ersten Kapitel besprochenen Schnittpunkten zu tun haben. Die großen Zeitströmungen treffen in der Einzelpersonlichkeit aufeinander und schneiden sich. So hat jede Zeit ihre typischen Komplexe.

11. Das Selbst: Gegensatz und Einheit

Thesen zum Thema

{648} C. G. JUNG hat der Frage nach dem Selbst einen großen Teil seines Lebenswerkes gewidmet. Ihm kommt auch das Verdienst zu, diesen schon in der alten indischen Philosophie beschriebenen Sachverhalt wieder entdeckt und für das psychologische Verständnis menschlichen Verhaltens fruchtbar gemacht zu haben. Damit hat JUNG eine Verbindung zu den Wissenschaften geschaffen, die den Menschen nicht im engeren Sinne «psychologisch» sehen, zu Theologie, Philosophie, Ethnologie und Soziologie.

{649} Im theoretischen Persönlichkeitsmodell der analytischen Psychologie sind Mi und Selbst zwei zentrale Pole, die das Spiel der psychischen Kräfte sowohl bedingen wie steuern. Dem Selbst kommt dabei die Funktion des verursachenden, übergreifenden und dynamisierenden Faktors zu, dem Ich die der wahrnehmenden, entscheidenden und bewusst handelnden Instanz.

{650} -Ich und Selbst sind als psychische Instanzen aufeinander bezogen und wechselseitig voneinander abhängig. Die Impulse des Selbst würden ohne ein aufnehmendes Ich nicht zur bewusst verantworteten Tat, und ohne die Verbindung zum Selbst fehlen dem Ich innere Anreize und schöpferische Impulse. Es verfällt dann äußeren Einflüssen und entfremdet sich der ihm zugehörigen Psyche.

{651} Das Selbst, Zentrum des Unbewussten und der vorstellbaren potenziellen Gesamtpersönlichkeit, steht dem wahrnehmenden und subjektiven Ich als eine objektive Instanz gegenüber. C. G. JUNG verwendet deshalb den Ausdruck «objektive Psyche». Das Ich ist das handelnde Subjekt, es nimmt außer ihm Geschehendes wahr, es ist von inneren und äußeren Objekten umgeben. Gleichzeitig ist aber auch das Ich Objekt, denn das Selbst ist handelndes Subjekt der größeren Gesamtpersönlichkeit, dem Ich bleibt die Rolle des Hinhörens und Dienens.

{652} Die von JUNG beschriebene Theorie des Selbst bietet eine Verstehensmöglichkeit für die Gegensätzlichkeit der menschlichen Natur, ihre vielfältigen Paradoxien von Gut und Böse, ihre Sehnsucht nach <Höherem>, ihre Gottsuche und ihr gleichzeitiges Verfallensein an das Böse. Da es sich hier um einen existenziellen und moralischen Grundkonflikt des Menschen handelt, bedarf eine Psychologie, die menschliches Verhalten verstehen und erklären will, eines solchen theoretischen Modells.

{653} Persönlichkeitsentwicklung, Wachstum und Wandlungsprozesse, aber auch die Heilungsvorgänge werden in der analytischen Psychologie wesentlich dem Selbst zugeordnet. Das Selbst verfügt über die zentralen Speicher des notwendigen «Wissens des Organismus». Es entspricht der Eigenart des Selbst, dass Selbstregulierungsprozesse des Organismus Schritt für Schritt sinnvoll sind und deshalb sowohl vom Leidenden wie vom Therapeuten verstanden werden können. Dies lässt sich nur im übertragenen Sinne ausdrücken: «Das Selbst weiß, was in diesem speziellen Fall für das Überleben notwendig und richtig ist.» Der Betroffene und der Therapeut müssen die vom Selbst gesprochene Sprache verstehen lernen. Insofern ist das Selbst Anfang und auch Ziel der Wachstumsprozesse und nur in solchen gegensätzlichen Formulierungen überhaupt zu beschreiben.

{654} C. G. JUNG scheute nicht davor zurück, eine Instanz voller Gegensätze, Konflikte und Paradoxien zum Zentrum der menschlichen Gesamtpersönlichkeit zu erheben. Diese Gegensätzlichkeit reicht bekanntlich bis in die Gottesbilder hinein. In seiner «Antwort auf Hiob» hat sich C. G. JUNG noch als 76-jähriger leidenschaftlich mit dieser Frage auseinander gesetzt.

{655} Die großen Pole von Gegensatz und Einheit, von Konflikt und Harmonie, von Dissonanz und Vereinigung der an sich unvereinbaren Gegensätze umschreiben das Konstrukt «Selbst» in der analytischen Psychologie.

{656} Um eine solche Instanz in der eigenen Seele und damit auch um das Ausgeliefertsein an die Gegensatzstruktur der Psyche zu wissen, bedeutet Entlastung und Verantwortung zugleich. Entlastung, weil der moralische Konflikt in all seinen Abarten damit archetypisch vorgegeben ist; Verantwortung, weil es dem wahrnehmenden und entscheidenden Ich auferlegt ist, ein Leben lang an dieser Grundfrage zu arbeiten und auch zu leiden.

C. G. JUNG zu diesem Thema

{657} C. G. JUNG kennzeichnet den paradoxen Tatbestand des Selbst wie folgt: «... es ist das Allerkleinste, das leicht übergangen und zur Seite geschoben werden kann. Ja, es ist hilfsbedürftig und muss vom Bewusstsein wahrgenommen, geschützt und quasi aufgebaut werden, und zwar dermaßen, als ob es zuvor gar nicht gewesen und erst durch die Sorge und Hingabe des Menschen ins Dasein gerufen worden wäre. Im Gegensatz dazu ist durch die Erfahrung erwiesen, dass es schon längst vorhanden und älter als das Ich ist, und dass es nichts weniger als den geheimen spiritus rector unseres Schicksals darstellt ... Überdies ist das Selbst ein Archetypus, der auch immer eine Situation darstellt, in welcher das Ich enthalten ist.» (1)

{658} «Das Selbst ist per definitionem die Mitte und der Umfang des bewussten und des unbewussten Systems.» (2)

{659} C. G. JUNG hat unter dem Selbst «eine seelische Ganzheit und zugleich ein Zentrum verstanden, welche beide mit dem Ich nicht koinzidieren, sondern letzteres einbegreifen, wie ein größerer Kreis den kleineren». (3)

{660} «Wie das Unbewusste so ist das Selbst das a priori Vorhandene, aus dem das Ich hervorgeht. Nicht ich schaffe mich selbst, ich geschehe vielmehr mir selber.» (4)

{661} Für JUNG ist das Selbst «die Totalität des Psychischen überhaupt» und «der Inbegriff der Gesamtpersönlichkeit». (5)

- {662} Er spricht von der Antinomie des Selbst, «welches selber Konflikt und Einheit ist». (6)
- {663} «Pas Selbst offenbart sich in den Gegensätzen und in ihrem Konflikt; es ist eine <coincidentia oppositorum, und darum ist der Weg zum Selbst zunächst ein Konflikt.» (7)
- {664} «Das Selbst aber ist absolute Paradoxie, indem es in jeder Beziehung Thesis und Antithesis und zugleich Synthesis darstellt. ... der durch die Erforschung des Unbewussten dem Bewusstsein angenähert erreichte Typus konfrontiert daher das Individuum mit der abgründigen Gegensätzlichkeit menschlicher Natur, womit ihm eine ganz unmittelbare Erfahrung von Licht und Finsternis, von Christus und Teufel, ermöglicht wird. Es handelt sich wohlverstanden bestenfalls oder schlimmstenfalls nur um Ermöglichung und nicht um Gewährleistung; denn Erfahrungen dieser Art können durch unsere menschlichen Mittel nicht mit Notwendigkeit herbeigeführt werden. Es sind dabei Faktoren zu berücksichtigen, die nicht unter unserer Kontrolle stehen. Das Erlebnis des Gegensatzes hat weder mit intellektueller Einsicht noch mit Anempfindung irgendetwas zu tun. Man könnte es eher ein Schicksal nennen. Ein solches Ereignis kann dem einen die Wahrheit Christi, dem ändern die Wahrheit Buddhas beweisen, und zwar bis zur äußersten Evidenz. ... ohne das Erleben der Gegensätzlichkeit gibt es keine Erfahrung der Ganzheit und damit auch keinen inneren Zugang zu den heiligen Gestalten .. obschon die Einsicht in die Gegensätzlichkeit eigentlich unerlässlich ist, so kann sie doch praktisch nur von wenigen ertragen werden.» (8)
- {665} «Die Gegensatzpaare bilden die Phänomenologie des paradoxen Selbst.» (9)
- {666} «So ist die psychische Phänomenologie des Selbst paradox wie die indische Anschauung vom Atman, der einerseits die Welt umfasst und andererseits als Däumling im Herzen wohnt.» (10)
- {667} «Das Ziel des Individuationsprozesses ist die Synthese des Selbst.» (11)
- {668} Nach Meinung C. G. JUNG's ist der Individuationsprozess «vielleicht das Anfangsstück eines Entwicklungsweges, den eine zukünftige Menschheit nehmen wird». (12)
- {669} «Empirisch erscheint das Selbst in Träumen, Mythen und Märchen in der Figur der übergeordneten Persönlichkeit, wie König, Held, Prophet, Heiland etc., oder eines Ganzheitssymbols wie Kreis, Viereck, Quadratura circuli, Kreuz etc. Insofern es eine complexio oppositorum, eine Vereinigung von Gegensätzen, darstellt, kann es auch als eine geeinte Zweiheit erscheinen, wie zum Beispiel das Tao als Zusammenspiel von Yang und Yin, als Brüderpaar oder als der Held und sein Gegenspieler (Drache, feindlicher Bruder, Erzfeind, Faust und Mephisto etc.); das heißt, empirisch erscheint das Selbst als ein Spiel von Licht und Schatten, obschon es begrifflich als Ganzheit und darum als Einheit, in der die Gegensätze geeint sind, verstanden wird.» (13)
- {670} «Das Selbst, das sich verwirklichen möchte, greift nach allen Seiten über die Ich-Persönlichkeit hinaus; es ist seiner umfassenden Natur gemäß heller und dunkler als diese und stellt demgemäß das Ich vor Probleme, denen dieses am liebsten ausweichen möchte. Entweder versagt der moralische Mut oder die Einsicht oder beides, bis das Schicksal schließlich entscheidet. Nie mangelt es dem Ich an moralischen oder rationalen Gegenständen, dass man so lange nichts zur Seite schieben kann und darf, als man sich daran zu halten vermag. Nur dann nämlich kann man sich auf sicherem Wege fühlen, wenn sich die Pflichtenkollision sozusagen von selbst erledigt und man das Opfer einer Entscheidung geworden ist, welche über unseren Kopf oder über unser Herz hinweg gefällt worden ist. Darin offenbart sich die numinose Stärke des Selbst, wie sie anders wohl kaum zu erfahren ist. Deshalb bedeutet das Erlebnis des Selbst eine Niederlage des Ich. Die ungemaine Schwierigkeit dieser Erfahrung besteht darin, dass das Selbst nur begrifflich davon, was man seit jeher <Gott> genannt hat, zu unterscheiden ist, nicht aber praktisch.» (14)

Ein mutiger und schwieriger Standpunkt

- {671} Wer über die in den angeführten Zitaten wiedergegebenen Gedankengänge C. G. JUNG's nachgedacht hat, wird auch etwas von dem Mut spüren, der dahinter steht. Die fundamentale Gegensätzlichkeit von gut und böse mit den Verwicklungen von Schuld und Erlösung, Angst und Befreiung oder Hass und Liebe, um nur einige zu nennen, hat JUNG dem Zentrum der Persönlichkeit zugeordnet, wobei «Zentrum» noch näher zu erläutern sein wird. Er hat damit einen Schritt vollzogen, der, wenn ernst genommen, den Menschen in eine große moralische Verantwortung sich selbst, seinen Mitmenschen und der Welt gegenüber hineinstellt. Der Gedanke, die Möglichkeit aller menschlichen Bosheit als Keim auch in sich selbst zu wissen und einen Teil auch leben zu müssen, ist schwer zu ertragen.
- {672} Vor diesem Hintergrund wird es verständlich, dass die Frage nach dem Bösen die Menschheit seit urdenklichen Zeiten beschäftigt. Mythen und Religionen handeln im wesentlichen davon, Recht, Ethik und Moral befassen sich auch in modernster Zeit mit dieser Problematik, und die Anthropologie ist noch immer mit der Frage beschäftigt, ob der Mensch nun «von Natur aus gut oder böse» ist. Sehr früh schon muss menschliches Handeln diesen beiden Polen zugeordnet worden sein. Die Kategorien dieser Zuordnung sind aber in der menschlichen Struktur begründet, sie stammen nicht aus der Außenwelt. Wir projizieren unsere Erlebnis- und Denkkategorien in die Außenwelt und nehmen sie dort wahr. Als in Jerusalem der Prozess gegen Adolf Eichmann geführt wurde, wurde das Wort vom «Eichmann in uns» durch Hannah ARENDT geprägt. Handelte es sich hier nicht um paradigmatische Bosheit, die schon jenseits des Menschlichen lag? Ich erinnere mich noch gut an meine eigenen Gefühlsreaktionen: Ich fand damals, Recht und Strafe seien auf menschliche und damit noch einfühlbare Vergehen zugeschnitten. Für das Handeln Adolf Eichmanns gab es für mich kein menschliches Maß der Strafe mehr. Was hieß da schon Todesurteil? Mein unmittelbarer Impuls war, Eichmann mit Hilfe einer Rakete in den Weltenraum zu schicken und ihn damit aus der Menschheit auszustoßen. Heute, im Rückblick, bin ich mir bewusst, dass sich in mir derselbe alte Prozess vollzog, der vielfach bezeugt ist, das Böse auszustoßen. Damit war immer schon die Hoffnung einer Einigung verbunden, die Sehnsucht nach einem Zustand

«ohne Sünde», ohne Makel, die Sehnsucht nach Unschuld. In Ritus, Religion und auch im täglichen Leben dienten Opfer und Sündenböcke diesem Zweck. Das Böse wurde ihnen auferlegt und angelastet. Im Christentum heißt es, Christus habe den Menschen Befreiung und Erlösung gebracht und ihnen einen neuen Zugang zu Gott eröffnet. Das Böse wird den Menschen, die glauben, nicht mehr angelastet.

{673} Mit seiner Theorie des Selbst hat sich JUNG in die Reihe derer eingefügt, die zu der wichtigen Frage nach Gut und Böse Stellung genommen haben. Er hat die Ansicht vertreten, dass wir über die archetypische Struktur des kollektiven Unbewussten am bösen Prinzip teilhaben, dessen Natur wir jedoch nicht kennen. Das Böse war für ihn keine Verkleinerung oder Abwesenheit des Guten. Es ist substanzhaft und real zu denken, wenn dem Guten ebenfalls Realität zukommen soll. Man kann einem seienden Guten nicht ein nicht seiendes Böses zuordnen, sofern man den Gegensatz von gut und böse nicht überhaupt leugnen will. Aber kann es ein Gutes geben, wenn Böses ihm nicht gegenübersteht? Woher wüssten wir dann um das Gute? Diese prinzipiellen Fragen sind nur als Hintergrund der weiteren Überlegungen zu sehen, für ihre genaue Erörterung sei auf die angeführte Literatur verwiesen. Lange Zeit war es in der Psychologie nicht möglich, diese Wertproblematik systematisch zu bearbeiten. Die damit aufgeworfenen Fragen erschienen entweder wissenschaftlich nicht interessant oder nicht ergiebig. Sie passen auch schlecht in ein Weltbild, das sich im Hinblick auf die Seele primär an der Frage der neurophysiologischen Verankerung psychischer Prozesse orientiert und um ihre Objektivierung bemüht ist. In den letzten Jahren wurde die Frage nach den Werten wieder Gegenstand wissenschaftlicher Debatten, und man hat den Eindruck, dass die Entwicklung hier erst am Anfang steht. Heute gehört nicht mehr so viel persönlicher Mut dazu wie seinerzeit für C. G. Jung, der überragenden Bedeutung des Guten und des Bösen im Bereich menschlichen Verhaltens als Psychologe nachzugehen. Dennoch sind die von ihm gezogenen Folgerungen, die sich auch aus der Anerkennung des Bösen als Prinzip ergeben, noch keineswegs voll realisiert. Wir neigen noch immer im klassischen Stile der Verleugnungsstrategien dazu, Böses als letztlich nicht seiend zu sehen und beispielsweise nur als dann auch vermeidbare Folge von Frustrationen zu definieren. Der Umgang mit dem Bösen wird zu einer Frage der Frustrationsvermeidung. Erklärt die Summe der in seinem Leben erlittenen Frustrationen aber wirklich hinreichend die Handlungsweise eines Kommandanten von Auschwitz?

Teilstücke

{674} Die Ganzheit ist nur in ihren Teilen erfahrbar, so weit die Feststellung JUNG's. «Das Ganze» ist nicht erreichbar. Trotzdem, und vielleicht gerade deshalb, bleibt die Sehnsucht danach ein mächtiger Antrieb menschlichen Handelns. Wir suchen das große Glück, und wir müssen uns mit dem kleinen zufrieden geben. Auf die drängende Frage «Warum» erschließt sich uns immer neues Wissen, und dennoch wächst die Zahl der unbeantworteten Fragen mit jedem gefundenen Ergebnis. Wir beklagen, dass der Mensch «immer mehr wolle» und nie zufrieden sei, aber wird dabei bedacht, dass das Ganzheitsstreben des Organismus der Faktor sein könnte, der uns nicht zur Ruhe kommen lässt? Immer wieder ist ein neuer Aufbruch nötig. Kann es keine Ruhe geben? Diese menschliche Rastlosigkeit beschreibt Hermann HESSE in seinem Gedicht «Stufen» recht anschaulich

{675} Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
blühte jede Weisheit auch und jede Tugend
zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
um sich in Tapferkeit und ohne trauern
in andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt, und der uns hilft, zu leben.
Wir wollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
an keinem wie an einer Heimat hängen,
der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
er will uns Stuf um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen;
und wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
uns neuen Räumen jung entgegenschicken,
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden.
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde. (15)

{676} In Alltagssituationen fragen wir uns oft, warum eine Innigkeit zu zweit, warum Nähe und Vertrauen nicht erhalten bleiben können und so rasch im Fluss der gegensätzlichen Erlebnisse und Stimmungen wieder verschwinden.

Die Vorfreude auf ein Wochenende, die ersten gemeinsamen Stunden nach einer Trennung enthalten Augenblicke großen Glücks, doch eine kleine, vielleicht ironische Bemerkung, ein Zögern oder Stirnrunzeln zur Unzeit genügen, um alles zu verändern. Wo Wärme war, herrscht plötzlich eine kühle Atmosphäre, anstelle des Vertrauens und der Nähe treten Vorsicht und Distanz. Eine genaue Selbstbeobachtung kann zeigen, dass die in solchen Situationen auftretenden Verstimmungen an alte seelische Wunden und Konflikte rühren, die nicht mehr bewusst sind, wohl aber im Unbewussten wirksam bleiben. Sie bedrohen das Glück des Augenblicks immer wieder, nur ihre Aufarbeitung erweitert den Spielraum des freien, spontan und bewusst gelebten Lebens.

{677} Eine Frau berichtet von einem Abend folgendes: sie, ihr Mann und ihre Tochter hatten sich auf einen gemeinsamen Abend vorbereitet und gefreut. Sie selbst hatte alles liebevoll und mit viel Mühe vorbereitet, alle waren offen und bereit. Plötzlich spürte sie, wie sie traurig wurde, das Bedürfnis sich zurückzuziehen wurde immer stärker, ohne dass sie verstehen konnte, warum. Auch die beiden anderen merkten die Veränderung in der Atmosphäre, doch keiner konnte in dem Augenblick etwas dagegen tun. Rascher als nötig stand sie vom gemeinsamen Abendessen auf, um ins Bett zu gehen. Ihr Ehemann und die Tochter spürten ein zunehmendes Befremden. Es war kein böses Wort gefallen, und dennoch war die Stimmung so anders, fast verdorben. Am nächsten Tag nun wurde die Frau zu ihrem eigenen Erstaunen von groben Selbstvorwürfen geplagt, denn sie hatte einiges von dem, was sie sich für diesen Tag vorgenommen hatte, nicht erledigt. Hier muss erwähnt werden, dass sie sich mit solchen Fragen früher ernsthaft auseinander gesetzt hatte, aber seit einiger Zeit ein freieres und ungezwungeneres Verhältnis zu Sauberkeit, Ordnung und Pflichterfüllung hatte. Um so überraschter war sie über ihre eigene Reaktion. Beim Durcharbeiten dieser Situation erinnerte sie sich plötzlich einer typischen Kindheitssituation: Ihre Mutter hatte immer ein sehr enges Verhältnis zum einzigen und jüngeren Bruder der Frau, sie selbst hatte keine Chance, Ihrer Mutter je so nahe zu kommen oder so von ihr geliebt zu werden wie der Bruder. Als Kind hatte sie den Ausweg gefunden, ihrer Mutter wirklich alles recht zu machen, zu Weihnachten hatte sie eine einzige Sorge, wie sie ihrer Mutter ein möglichst schönes und passendes Geschenk machen konnte. Dieses alte Erlebnismuster klang nun, so stellte sie im Rückblick fest, an jenem Abend wieder an. Ihr Mann und die Tochter hatten ein sehr inniges Verhältnis zueinander, sie verstehen sich unmittelbar, und sie hatte plötzlich das Gefühl, nicht dazuzugehören. Die jetzige Familiensituation nahm sie mit dem alten Wahrnehmungsraster auf. Ein entsprechender Komplex, wie in Kapitel 10 ausführlicher dargestellt, hatte sich neu belebt und beeinflusste ihre Sicht- und Erlebnisweise. Aktiviert wurden auch die alten Programme, durch Leistung Liebe zu gewinnen, die Angst vor Liebesverlust und die entsprechenden Selbstvorwürfe, den Liebesverlust eigens zu verschulden, wenn sie nicht perfekte Leistungen erbringt. Diese alten Programme brechen wie ein Fremdkörper in die augenblickliche Situation ein und besetzen das gesamte Bewusstsein.

{678} Warum berichte ich dieses Beispiel aus der Praxis im Zusammenhang mit der Frage nach dem Selbst? Was hat es mit Ganzheit zu tun? In solchen und vielen ähnlichen Erlebnissen beobachten wir Teilaspekte der Ganzwerdung. Das jetzige Glück bleibt so lange bedroht, als alte Schutzprogramme - so muss man die Leistungsbereitschaft dieser Frau bezeichnen - vom Unbewussten her immer wieder einwirken können. Im Streben dieser erwachsenen Frau nach der liebevollen Zuwendung ihrer Mutter ist noch viel psychische Energie gebunden, und der augenblickliche Lebensspielraum wird dadurch eingeengt. Indem sie sich auf die vermeintlichen Ansprüche ihrer schon längst gestorbenen Mutter konzentriert und sich entsprechend verhält, verpasst sie die Chancen des heutigen Lebens. Wo Bindungen an alte, früher sehr wichtige Bezugspersonen noch vorherrschen, wird die Selbst-Verwirklichung im Sinne eines natürlichen Entwicklungsprozesses behindert. Die Konstellation solcher frühen Situationen erscheint daher sehr sinnvoll, liegt darin doch die Chance zu ihrer Überwindung. Warum sich eine alte Wunde gerade an einem schönen Abend wieder schmerzhaft bemerkbar macht, bleibt eine offene Frage. Durch sorgfältiges Bedenken und miteinander Besprechen aller Einzelheiten der Situation können die Zusammenhänge verstanden werden, und dieser Mensch wird sich wieder einen Schritt näher kommen. Gewissermaßen holt er ein Stück seiner Persönlichkeit oder seiner Energie zu sich selbst zurück, das er noch bei der Mutter hatte. Dieser Weg geht häufig über die Belebung des Gegensatzes: im Augenblick des Glücks wird die Seele des Schmerzes gewahr, vielleicht können wir diesen nur dann wirklich ertragen und überwinden. Genau gefasst handelt es sich bei der eben beschriebenen Situation um folgendes Gegensatzproblem: Nähe, Innigkeit und Vertrautheit und auch Angst vor der Mutter, einer wichtigen Person des schon vergangenen Lebens. Was dort noch gebunden ist, kann hier nicht erlebt und eingesetzt werden. Solche Situationen können zur täglichen Belastung einer Familie werden. Ist der Ehemann zum Beispiel noch sehr an seine Mutter gebunden und fühlt sich verpflichtet, mehrmals in der Woche bei ihr zu essen, so entzieht er seiner eigenen Familie Zeit, Gefühl und Engagement. Beschrieben wird es oft als ein Hin-und-Her-Gerissen-Werden oder sogar Zerrissen-Sein zwischen seiner Bindung an die Mutter und der an seine Frau. Erwachsene Liebe und kindliche Anhänglichkeit sind Gegensätze. Im Spannungsfeld dieser Gegensätze reift und entwickelt sich die Persönlichkeit. Die bewusste Durcharbeitung ist dazu jedoch die Voraussetzung.

{679} Der Prozess der Ganzwerdung und Selbstfindung ist prinzipiell unendlich. Wir können kein Ende wie auch keine Grenze des Selbst absehen. Die Ganzheit des Menschen lässt sich zwar theoretisch formulieren, welche konkrete Form ich als ganzer Mensch aber finden werde, zeigt sich erst nach und nach. Alter und Tod setzen Grenzen, doch solange der Körper lebendig und flexibel ist, bleibt die Seele wandlungsfähig. Hier berühren wir Grenzfragen, die nur mit aller Vorsicht gestellt, mit wissenschaftlichen Mitteln nicht mehr beantwortet werden können. Was wir wissen ist, dass die Ganzheit nur in ihren Teilen, wie wir sie Stück für Stück in einem langen Prozess finden, sichtbar und erlebbar wird. (Die Religionen verkünden, dass wir einst «das Ganze» finden oder erreichen werden. Wir können es glauben, und es

scheint auch der Sehnsucht unseres Erlebens nicht zu widersprechen.) Ob wir wollen oder nicht, jeder von uns beschreitet diesen Weg zur Ganzheit über die Gegensätze. Das Selbst ist deshalb von JUNG als die Synthese all dieser Möglichkeiten definiert worden.

Die Wahrnehmung des Selbst

{680} Wenn das Selbst eine so zentrale und wichtige Größe der Persönlichkeit und ihrer Entwicklung ist, so bleibt die Suche nach dem Selbst die zentrale Frage. Wie kann ich es finden? «Mit der Empfindung des Selbst als etwas Irrationalem, ... dem das Ich nicht entgegensteht und nicht unterworfen ist, sondern anhängt, und um welches es gewissermaßen rotiert wie die Erde um die Sonne, ist das Ziel der Individuation erreicht. Ich gebrauche das Wort (Empfindung), um damit den Wahrnehmungscharakter der Beziehung von Ich und Selbst zu kennzeichnen.» (16)

{681} C. G. JUNG hat in diesem Zusammenhang das Konzept der Individuation in die Psychologie eingeführt. Selbstverständlich handelt es sich auch hier um einen begrifflich gefassten Beobachtungssachverhalt, der längst vor JUNG bekannt, bislang aber nicht psychologisch formuliert worden war. Er versucht damit jenen, bei allen Menschen nachweisbaren Prozess der Herausbildung einer persönlichen Gestalt nach Geist, Wille und Leib, der Entfaltung eines persönlichen Schicksals mit seinen einmaligen Zielen zu kennzeichnen. Hintergrund dieser individuellen Entwicklung ist die allgemeine Gestalt des Menschen mit seiner körperlichen und archetypischen Struktur und Möglichkeit. In jedem noch so besonderen Einzelschicksal werden die Züge des Menschseins immer wieder erkennbar, der einzelne ist und bleibt eben ein Mensch, dem viele kollektive Züge anhaften. Die theoretische Gesamtsumme dieses Menschlichen nennt JUNG das kollektive Unbewusste und seine archetypische Struktur. Das Selbst ist für ihn der zentrale Archetypus. Der Prozess der Individuation ist vom ersten Lebensstage an zu beobachten. C. G. JUNG hat sich speziell mit der Ausprägung in der zweiten Lebenshälfte, die etwa mit dem 35. Lebensalter beginnt, beschäftigt. Seine Schülerin, Jolande JACOBI, hat in ihrer Darstellung der Individuation (17) die Etappen des Individuationsprozesses auch in der ersten Lebenshälfte beschrieben. Neuere psychoanalytische Untersuchungen beschäftigen sich mit dem Gegensatzpaar von Symbiose und Individuation, allerdings ohne Hinweis auf die Verdienste C. G. JUNG's um diese Konzeption, die er schon 1920 in seiner Typologie-Schrift entfaltete. (18) Noch ehe wir von einem Ich oder auch Ich-Keimen oder Ich-Kernen im eigentlichen Sinne sprechen können, sind vielfältige, hochkomplexe und sehr individuelle Lebensäußerungen beobachtbar. Sie werden von einem anderen Zentrum als dem des Bewusstseins und dem Ich gesteuert. Der Bildvergleich mit dem Mittelpunkt setzt hier an und erläutert die zentrale Position. Keimhaft enthält das Selbst alle Möglichkeiten dieser Persönlichkeit als Individuum und allgemein als Mensch. Dieser Sachverhalt ist nur mit einer paradoxen, nicht mehr logisch eindeutigen Formulierung zu umschreiben: das Selbst ist Zentrum und zugleich Gesamtumfang der Persönlichkeit. Zunächst ist es nur keimhaft da, am Lebensende zeigen sich fertige Ausgestaltungen, die jedoch auch nur einen Teil des menschlich Möglichen darstellen. Es ist vor dem Ich da, es «gebiert» das Ich aus sich selbst. In diesem Sinne bleibt das Ich, trotz seiner relativen Freiheit, eine vom Selbst abhängige Variable. JUNG bezeichnet deshalb das Selbst auch als Mutterboden aller späteren psychischen Möglichkeiten und Strukturen, einschließlich des Ich, des Über-Ich, des Gewissens und aller weiteren psychischen Funktionen und «Organe», die uns heute bekannt sind. Theoretisch verfügt dieses Selbst nun über alle möglichen Informationen, es ist ein totaler Speicher, der auf Vergangenheit und auf Zukunft bezogen ist. C. G. Jung betont an mehreren Stellen seines Werkes dieses Vorherwissen der Zukunft, diesen apriorischen Besitz des Zieles der Entwicklung. Seine Auffassungen sind hier denen Ernst BLOCHS in «Das Prinzip Hoffnung», der ebenfalls von der Latenz der Zukunft und der Notwendigkeit der Hoffnung spricht, sehr nahe.

{682} Nun scheint es eine logische Unmöglichkeit zu sein, die Zukunft vorher zu wissen. Im Rahmen des heutigen Erkenntnisstandes der Evolutionstheorie werden diese Sätze jedoch besser verständlich. Jeder Organismus ist auf das Überleben bezogen. Überleben weist aber per definitionem auf das Morgen hin. Wird das Morgen, die allernächste Zukunft, nicht erreicht, hat der Organismus nicht überlebt. Evolution, eine der fruchtbarsten Hypothesen moderner Wissenschaft, ist ohne diesen primären Zukunftsbezug logischer Nonsens. Die Verhaltensweisen, die ein besseres Überleben erlauben, werden gespeichert, die Arten, die über sie verfügen, dominieren. Der Organismus, der über ein besseres Weltbild verfügt und dem deshalb bessere Vorhersagen dessen möglich sind, was am morgigen Tag geschehen wird, hat größere Überlebenschancen. Die Fähigkeit, in die Zukunft zu sehen, sichert das Überleben der Art. Jeder Mensch verfügt über einen solchen Überlebensspeicher, der ihn prinzipiell auf Zukunft bezieht. Dieser Speicher hat ein nicht definierbares, aber ungeheures Ausmaß. Wir definieren in der analytischen Psychologie das Selbst als diese Instanz im Menschen. In diesem Zusammenhang wird auch die Ansicht C. G. JUNG's verständlich, dass der funktionale Sinn des Selbst in der Kompensation des Ich-Bewusstseins liegt. Bewusstsein ist immer begrenzt, niemand kann alles, was er weiß, will, fühlt sowie seine ganze persönliche Geschichte zugleich bewusst haben. Auch die meisten Abläufe des täglichen Lebens sind ziemlich unbewusst. Am Abend eines angefüllten Tages fragt man sich «Wie ist dieser Tag so schnell vergangen? Ich habe ihn kaum wahrgenommen». Selbst Speisen können wir «geistesabwesend», das heißt unbewusst, zu uns nehmen. Mit den begrenzten Möglichkeiten des Ich und des Bewusstseins nehmen wir weder die Außen- noch die Innenwelt einigermaßen vollständig wahr. Gegen innere Reize wehren wir uns außerdem aus vielerlei Gründen. Impulse der eigenen Seele wollen wir weder wahrnehmen noch wahrhaben. Wir weisen sie ab. Die Psychoanalyse hat ein vollständiges Konzept dieser Abwehrlehre vorgelegt. (19) So werden regelmäßig bestimmte, vielleicht lebensnotwendige psychische Anteile vom Bewusstsein und damit auch vom Mitleben und Mitgelebtwerden ausgeschlossen. Der Prozess der Wahrnehmung innerer Impulse und Reize ist deshalb für das Ich eine ambivalente

Angelegenheit. Im Wort «Wahrnehmung» ist das Adjektiv «wahr» enthalten. Wir gehen davon aus, dass die Sprache etwas über uns aussagt. Wir sollten also zumindest die inneren Impulse im Sinne von wirklich, vorhanden, unabweisbar, lebendig interpretieren.

{683} Es bedarf langer Übung und zugleich großen moralischen Mutes, um die einfache Wahrnehmung der Impulse des Selbst zu erlernen. Die Lebenszeichen der eigenen Seele werden meist überhört und übersehen. In Psychotherapien und Analysen wird die Selbstwahrnehmung wieder entwickelt und geschult. Man sollte sogar noch provozierender fragen: Was will das Selbst mit-diesem oder jenem Impuls, mit dieser Fantasie, mit jenem Traum? Die von FREUD erstmals verwendete Technik des freien Assoziierens ist eine solche Form der Wahrnehmung der eigenen Seele. Alles ist einfach wahrzunehmen und dann auch auszusprechen, so fordert es die psycho-analytische Grundregel. Hierzu gehören seelische Regungen und Körperempfindungen. Die Notwendigkeit der Selbstwahrnehmung als Grundlage der Bewusstseinsweiterung, der Gesundung und der Wandlung wird von der Psychoanalyse in umfassender Weise gefordert, mit gutem Grund. Die Psychoanalyse steht hier in einer großen Tradition der Religionen und der antiken Forderung nach Selbsterkenntnis, die jedoch ohne Selbst-Wahrnehmung und eine entsprechende Einstellung des Für-Wahr-Nehmens nicht erlangt werden kann.

{684} In praktischer Hinsicht ist eine solche Einstellung mit einer grundsätzlichen Entscheidung von großer Tragweite verbunden. Warum? Mit der Hinwendung zum Selbst ist auch notwendigerweise ein Selbst-Vertrauen verbunden, das erscheinungsmäßig einem Gott-Vertrauen verglichen werden kann. Genau an dieser Stelle beginnen aber die Konflikte: Was soll ich tun, wenn das Selbst etwas anderes von mir zu fordern scheint, als mein Gewissen oder meine Moral erlauben? Was soll ich tun, wenn meine Entwicklung in eine Richtung zu gehen scheint, die mir Angst macht? Dieses sind zum Beispiel die Kernfragen jeder Liebesbeziehung, wenn schon feste rechtliche Bindungen bestehen. Plötzlich liebt eine Frau einen anderen Mann, zu ihrem großen Erstaunen und Erschrecken. Sie hat diese Liebe weder gesucht noch gewollt. Die sozialen Komplikationen können mannigfaltig sein, die inneren Belastungen sehr groß. Was soll aus den Kindern werden? Wie viele Fragen stellen sich, die Grundsatzcharakter haben! Es gibt keine Sicherheit, ob dieser Weg, der von innen her diktiert wird, «der richtige» ist. Wir wollen aber den richtigen Weg gehen, und es bereitet uns große Angst, eventuell eine falsche Entscheidung zu treffen. Der Weg zu sich selbst und mit dem Selbst ist nicht vorhersehbar, voller Wagnis und Risiko. Es ist unausbleiblich, dass jeder Individuationsweg in eine beinahe endlose Kette von Konflikten und zunächst nicht überschaubaren Situationen führt. Das Ich und das Bewusstsein haben vorübergehend keinen geeigneten Kompass mehr. Wir sind auf Träume und Bilder aus dem Unbewussten, Fantasien und aktive Imaginationen angewiesen. Das sind die einzigen Orientierungspunkte des oft ratlosen Ich. In solchen Phasen des Lebens und auch der Analyse ist die Gefahr natürlich besonders groß, dass der Analysand den Analytiker in seiner Sorge und bangen Hoffnung mit Fähigkeiten ausstattet, die dieser gar nicht hat. Für letzteren ist die Versuchung dann besonders groß, sich mächtiger zu fühlen, als es seine reale Menschlichkeit zulässt. Bläht sich in diesem Maße sein Ich auf, so verliert er die Verbindung mit dem Selbst und gerät in jenen diffusen aufgeblasenen Zustand, den C. G. JUNG beschrieben hat.

{685} Hier wird einmal mehr die Gegensatzstruktur des Selbst sichtbar: es ist das eine und das andere. Das Festhalten an der Moral wie das Hinhören auf die unabweisbare innere Stimme, die etwas anderes zu wollen scheint, gehört dazu und ist gleichzeitig existent. Das Ich steht zwischen diesen mächtigen Wirkfaktoren. Sein Entscheidungsspielraum ist gering, seine Kraft begrenzt. Was bleibt ihm anderes als die offene und ehrliche Wahrnehmung? Immer konstellieren sich neue Konflikte, doch über den Traum und die Fantasien zeigen sich Lösungsmöglichkeiten. Solche Prozesse vollziehen sich in unendlich vielen und sehr kleinen Schritten, zu mehr sind Ich und Bewusstsein nicht in der Lage. Deshalb wird in den Therapien auch immer wieder vor zu großen Schritten oder gar Sprüngen gewarnt. Kleine Schritte, die oft schon schwer genug sind, sind allerdings immer möglich und sollen auch getan werden. Wie viel Kraft kann es zum Beispiel kosten, einmal an einem Abend ohne den Partner auszugehen oder gar die Mitteilung zu machen, dass man sich an diesem Abend mit einem anderen Partner treffen wird. C. G. JUNG ist nicht müde geworden, darauf hinzuweisen, dass der Weg der Seele eine ernste, gefährliche und nicht umkehrbare Angelegenheit ist. Es gibt kein Zurück, aber es gibt ein - für jeden Menschen individuelles - Ziel, für das es sich lohnt, all die Mühsale und Erschwernisse auf sich zu nehmen. Die Alternative bleibt: entweder halte ich mich ganz an die herkömmlichen Normen und orientiere mich an den seit Jahrhunderten bewährten Lebensregeln, unterdrücke oder verdränge die gegenläufigen Impulse des Unbewussten und nehme notfalls auch eine Neurose oder psychosomatische Erkrankung in Kauf, oder ich breche auf, gehe Schritt für Schritt unter Anleitung des Selbst meinen Weg, ohne zu wissen wohin. JUNG hat immer wieder darauf hingewiesen, dass dieser Weg des Selbst nicht ohne Not beschatten werden kann. Die Auseinandersetzung mit den Gegensätzen in der eigenen Seele, die rasch zu Gegensatzpositionen gegenüber herkömmlichen Lebensformen führt, ist schmerzhaft und mit viel Einsamkeit verbunden. Von den alten Freunden fühlt man sich nicht mehr verstanden, ihre Gespräche und Freuden wirken sinnlos und schal. Ganz andere Fragen sind wichtig geworden, über die sich kaum reden lässt. Wem vermag ich es schon zu sagen, wie ich meinen Weg zu Gott wieder suche? Wer findet es nicht lächerlich, dass das Zusammentreffen gewisser Ereignisse mir das Gefühl der Sinnhaftigkeit vermittelt? Der folgende Traum zeigt einige der Schwierigkeiten auf, die dem Wanderer auf diesem Wege begegnen: «Ich ging, barfuß und nur mit einem naturfarbenen Leinenhemd bekleidet, auf einem steinigen Weg. Plötzlich war der Weg zu linde, und ich stand vor einem undurchdringlichen Dickicht. Ich versuchte dennoch ein Durchkommen, aber dünne, spitze Hölzer und scharfe Stacheln zerkratzten mir Gesicht und Hände. Ich brach zusammen und lag, hässlich und zerschunden, mit dreck- und blutverkrusteten Wunden im Staub des Weges. Mein

Körper fühlte sich leer und ausgehöhlt an vom brennenden Schmerz der Verzweiflung, und zugleich war er fast ausgefüllt von meinem Herzen, das schwer war von Sehnsucht und Liebe. So lag ich weinend auf der Erde und fühlte nichts von der Welt und alles von mir selbst.»

{686} Das hier berichtete Erleben findet sich in vielen Schilderungen, vor allem der Mystiker, wieder. Natürlich kann der Einwand geltend gemacht werden, dass Leidensideologie zu solchem Verständnis des eigenen Daseins führt. Dem steht die wohl jedem Menschen zugängliche Erfahrung entgegen, dass gerade aus Einsamkeit, Leid und Schmerz wichtige Einsichten, wirkliche Toleranz und echte Einfühlung erwachsen. Der Zustand des «von Gott und den Menschen Verlassenseins» ist oft der Ausgangspunkt neuer Kräfte und kreativer Impulse. Aber es sei noch einmal betont: die Bedeutung von Leid und Schmerz relativiert nicht den Sinn von Freude und Lust, sie ergänzt ihn zur Vollständigkeit. Selbst Leid und Pein zu suchen, entspricht häufig einer krankhaften Einstellung, sofern es sich nicht um bewusst gewählte Askese handelt, die in einen größeren Zusammenhang eingeordnet ist. Die genauen Abgrenzungen und Kennzeichnungen bedürften hier einer gesonderten Darstellung. Der klinischen Beobachtung zeigt es sich immer wieder: die gut und gern gelebten Lebensformen relativieren sich von selbst, das Unbewusste erzwingt die Erweiterung des Lebens und des Bewusstseins, was selten ein unproblematischer oder vergnüglicher Weg ist. Der schützende Raum der anerkannten Lebensformen sollte nicht leichtfertig verlassen werden, es braucht sehr viel Kraft und Standhaftigkeit, um die dunkle Nacht der Seele, wie die Mystiker es nennen, zu ertragen und zu durchwandern. (20)

{687} Unabdingbare Voraussetzung eines solchen Weges ist allerdings der ständige Kontakt mit der eigenen Seele, die Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewussten. Wieder ist es die Wahrnehmung, die als wesentliche Voraussetzung dieser Beziehung bezeichnet werden kann. Es geht zunächst nicht um Urteile oder Taten, auch nicht um Unterdrücken oder Verdrängen, noch weniger um das Verkünden einer neuen Ideologie, wenn ich von einem inneren Bild fasziniert bin, auch nicht um rationales Einordnen in schon Bekanntes, sondern um die einfache Wahrnehmung dessen, was das Selbst zu sagen hat. Daraus kann sich unter Umständen ein Dialog mit dem Selbst, mit der Seele, entwickeln. C. G. JUNG hat die aktive Imagination als eine solche «Technik» beschrieben. Für innere Zwiegespräche gibt es in der Literatur große Vorbilder. Aus dem alten Ägypten ist uns der Text eines «Zwiegesprächs eines Lebensmüden mit seinem Ba» erhalten, aus dem Mittelalter zum Beispiel das Soliloquium des Bonaventura; liest man die Psalmen des Alten Testaments oder die Schriften der Mystiker, so lassen sich viele weitere Beispiele finden. (21, 22) Jakob BÖHME beschreibt in seiner «Christosophia» Dialoge, die leicht in eine psychologisch abstrakte Sprache übersetzt werden könnten. Doch sprechen sie dann noch zu uns als Menschen? Könnten sie dann noch Wegweiser sein? So klagt bei ihm zum Beispiel die Jungfrau Sophia: «Aber du hattest dein Antlitz von mir gewandt, deine Ohren waren aus meinem Lande gegangen.» (23) Lässt sich die hier angesprochene Form der Wahrnehmung beziehungsweise ihrer Verleugnung besser beschreiben? Augen und Ohren sind aus dem Lande gegangen, sie sind nicht mehr dem Bereich der Seele zugewendet. Dann verbleichen die inneren Bilder, wie BÖHME es beschreibt, und das Ich verliert seine Orientierung, verfällt Normen, Ideologien und vielen modernen «-ismen», die lautstark angeboten werden. Dass wesentliche Ideen und faszinierende Bilder auch im schöpferischen Prozess des eigenen Unbewussten wachsen können, wird nicht mehr erlebt.

{688} So wird die «Kunst der Wahrnehmung» (24) in jeder Form der Therapie zu einer wichtigen Forderung. Die Instrumente dazu sind im psychischen Organismus vorhanden, die Übung jedoch fehlt meist. Dabei muss auch viel Angst überwunden werden. Wahrgenommen werden Impulse und Bilder voller Gegensätze, Dunkles und Gefährliches, aber auch Helles und Tragendes. Vom Standpunkt eines wirklichen Selbst-Vertrauens gesehen muss dem Selbst letztlich die Führung überlassen werden. Nur so befindet man sich im Strom der psychischen Energie und im Einklang mit ihr. Praktisch ist dieser Zustand jedoch kaum zu erreichen, er bleibt ein Zielbild. M. - L. von FRANZ beschreibt in ihrer grundlegenden Studie über Projektion und innere Sammlung (25) sehr genau und erschöpfend Einzelheiten der Beziehung von Ich und Selbst. Sie kommt zusammenfassend zu dem Ergebnis: «In der zen-buddhistischen Meditation versucht der Meister seinen Schüler zu lehren, wie er den inneren Spiegel immer von altem Staub rein halten könne. Indem er in völliger Übereinstimmung mit dem Rhythmus der psychischen Energie und mit deren Regulator, dem Selbst, lebt, geschehen ihm keine Projektionen mehr - er sieht die Wirklichkeit illusionsfrei und liest gewissermaßen dauernd den Sinn aller um ihn herum geschehenden synchronistischen Ereignisse. Er lebt im schöpferischen Strom des Selbst oder ist sogar zu diesem Strom selbst geworden. Wenn er so gleichsam immer in Kontakt mit der progressiven Stromrichtung der seelischen Energie, die vom Selbst gesteuert wird, bleibt, erlebt er keine Anpassungsstörungen mehr, beziehungsweise projiziert nicht mehr im engeren Sinne des Wortes.» Ein scheinbar so einfacher Sachverhalt wie die Wahrnehmung erweist sich im Gesamtgefüge der Persönlichkeit, in der Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewussten als eine Frage von höchster Bedeutung. Sie steht als Hinweis an einer Wegscheide, die jeder Mensch früher oder später einmal erreicht. Dort trifft er seine Entscheidung, welche Richtung er einschlagen will.

Vertrauensbasis

{689} Eigentlich müsste es längst aufgefallen sein, dass Psychologie und Psychotherapie zwar viel von Selbstvertrauen sprechen - aus gutem und allbekanntem Grund -, bis jetzt aber kaum ein befriedigendes theoretisches Modell vorgelegt haben. Wenn ich mir schon nicht selbst vertrauen kann, wem oder auf was soll ich denn vertrauen und aus welchem Grund? In dieser oder jener Form beantwortet jeder Freund und jeder Psychotherapeut solche Fragen. Alle Antworten enthalten eine, wenn auch vage formulierte, Auffassung von letztlich guten und sinnvollen Inhalten und Prozessen, die

dem oft weg- und hilflosen Ich als Stütze und Karte dienen können. Im vorigen Kapitel hatte ich die Komplexstruktur der Psyche mit einer Landkarte verglichen, auf die das Ich zurückgreifen kann und immer wieder muss. Worauf soll es sonst zurückgreifen? Wir empfehlen in den therapeutischen Sitzungen geängstigten Menschen zum Beispiel, auf ihre Träume zu achten, nachzuspüren, was in ihnen, auch in ihrem Körper, lebendig wird, einmal ganz naiv das zu tun zu versuchen, wozu sie im Augenblick gerade Lust und Neigung verspüren. Wir könnten solche Empfehlungen nicht aussprechen, wenn wir nicht gleichzeitig von der positiven Wirkung eines Wahrnehmens solcher Kräfte und letztlich eines Befolgens solcher innerer Anweisungen überzeugt wären. Wollte man aber solche Formulierungen genauer fassen, so müsste man sich zu paradoxen oder «unwissenschaftlichen» Beschreibungen und Erklärungen entschließen. Man müsste zum Beispiel den Begriff des Irrationalen nicht nur wieder einführen, sondern ihn auch seines Makels entkleiden. Letztlich muss ja das, was dem Ich in einer ausweglosen Situation von innen zustößt, irrational sein. Es ist nicht vorhersehbar, nicht berechenbar, nicht ohne weiteres logisch in die bisherigen Zusammenhänge einzuordnen oder an ein bekanntes Phänomen anzuschließen. Für Analysand und Therapeut können sehr überraschende Reaktionen vom Unbewussten kommen.

{690} In einer äußerst bedrängenden Partnerschaftskrise, die sich immer weiter zuspitzt, ist der Wunsch des Betroffenen, Handlungsanweisungen zu erhalten, sehr stark. Auf vernünftige Weise sagt man sich, dass hier unmittelbar etwas geschehen, etwas getan werden muss. Bemerkenswerterweise taucht in dieser Situation zum Beispiel ein Traum auf, in dem die Träumerin von vielen Wassern bedrängt war, aber inmitten dieses Wassers einen Elefanten fand, an den sie sich festhielt. Es war ein guter Elefant, das wusste sie im Traum. Gleichzeitig war sie vom Wasser erschreckt, unter Todesgefahren versuchte sie das Ufer zu gewinnen und fand es auch, befand sich jedoch dort in großer Einsamkeit und Einöde. Hier gibt es nur einen Rat: die Träumerin muss versuchen, ihren Elefanten wieder zu finden. Er ist in dieser Situation, und das besagt seine gesamte Symbolik (26), als eine Verbildlichung des Selbst anzusehen, das sich in der notvollen Situation mit seinen «instinktiven» Möglichkeiten konstituiert. Auch phänomenologisch wäre der Patientin zu wünschen, dass sie angesichts der großen Belastungen und Bedrängnisse etwas von der Haut eines Elefanten, von seiner Stärke und Stabilität, bei all seiner Sensibilität, behalten oder erlangen könnte. Entsprechende Bereitschaften sind in ihrer Psyche konstituiert. Dies ist ein Beispiel dafür, wie das Selbst die Situation des Ich-Bewusstseins kompensiert. Technisch bietet sich hier die aktive Imagination als Möglichkeit an. So wie Jakob BÖHME mit seiner Jungfrau Sophia spricht oder der lebensmüde Ägypter vor langer Zeit mit seinem Ba sprach, so kann sie den Dialog mit dem Elefanten aufnehmen. Der Elefant ist die Verbildlichung eines psychischen Prozesses, dem wir, als einem Repräsentanten des Selbst, eine entsprechende Autonomie zuerkennen müssen. Vielfache Erfahrung zeigt, dass der Dialog mit dem Elefanten in einer solchen Situation die nächsten Schritte und damit die Lösungsmöglichkeiten anzeigt. Äußerlich sollte also keine Handlung erfolgen, wichtig ist die Wahrnehmung der auftauchenden inneren Regungen und das Vertrauen auf das Selbst. Rational wäre der Traum mit dem Elefanten überhaupt nicht vorhersehbar gewesen. Es gibt keine Tageserinnerungen an einen Elefanten, er spielt in unserer Kultur keine besondere Rolle und kommt erfahrungsgemäß in Träumen auch sehr selten vor. Um so wichtiger ist sein Erscheinen. Die Arbeit mit den Träumen ist ein Teil des Lernprozesses, sich dem Irrationalen wieder anzuvertrauen und die Belange der Ratio zurückzustellen. Die schöpferische Kompensation der Einseitigkeiten des Bewusstseins wird immer als irrational erlebt. Warum gerade so und nicht anders, was doch auch denkbar wäre? Die einzige mögliche rationale Antwort kann hier lauten: Es musste so und nicht anders sein, warum, weiß nur das Selbst.

{691} Ich bin mir völlig darüber im klaren, dass solche Formulierungen eine Entthronung und vielleicht sogar Beleidigung des wissenschaftlichen rationalen Denkens sind. Aber sind wir ehrliche Beobachter menschlichen Verhaltens, wenn wir uns ängstlich und zwanghaft an bestimmte, hier rationale Erklärungsmodelle binden oder binden lassen? Deshalb scheuen wir ja vor der konkreten Ausformulierung der Phänomenologie des Selbst zurück, weil sie eben nur in Paradoxien geschehen kann. Eine dieser Paradoxien ist die Polarität von rational und irrational.

{692} Das Selbst-Vertrauen kann nur begründet werden, wenn wir das Selbst als eine Totalität aller Möglichkeiten aber auch Gegensätze, als zentralen Speicher mit eigenem Bewusstsein und eigenen Intentionen, als Zentrum und Umfang, als winzig kleinen Punkt und als riesengroßes Feld, als immanent und transzendent auffassen. Die Synthese dieser Vielfalt, in Teilbereichen und Ausschnitten, hat JUNG als das Ziel des Individuationsprozesses bezeichnet. Der Individuationsprozess ist ein Archetypus, dem jeder von uns unterliegt, das heißt unser Leben verläuft einfach so, wir wählen es nicht, wir werden so gesteuert, ob wir es wollen oder nicht. Das Ich und das Bewusstsein sind Objekte archetypischer Prozesse und des Selbst. Wir schaffen uns nicht selbst, wir werden geschaffen. Aber wie immer, ist dies nur die eine Seite des dialektischen Gegensatzpaares, gewissermaßen die These. Die Antithese lautet: wir sind völlig für uns selbst verantwortlich. Das ist wieder einer jener paradoxen Sachverhalte, die wir dem Selbst zuordnen müssen. Wer sich selbst und andere verstehen oder gar «behandeln» will, sollte im Umgang mit solchen Phänomenen einige Übung haben. Für JUNG war es ein Anliegen, «die Zahl jener zu vermehren, die wenigstens eine Ahnung vom Umfang einer paradoxen Wahrheit aufbringen können». (27) An dieser Stelle weist er auch nach, dass Paradoxien «zum höchsten geistigen Gut» der Menschheit gehören. «Die Eindeutigkeit aber ist ein Zeichen der Schwäche. Darum verarmt eine Religion innerlich, wenn sie ihre Paradoxien verliert oder verhindert; deren Vermehrung aber bereichert, denn nur das Paradoxe vermag die Fülle des Lebens annähernd zu fassen, die Eindeutigkeit und das Widerspruchslose aber sind einseitig und darum ungeeignet, das Unfassliche auszudrücken.» Und er fährt fort: «Wenn es aber einem ungenügend entwickelten Verstande (der bekanntlich immer das meiste von sich hält) einfallen sollte, die Paradoxie einer Glaubensaussage zum Gegenstand seines ebenso ernstlichen wie impotenten Nachdenkens zu machen, so ginge es nicht

lange, bis er in ein ikonoklastisches Hohngelächter ausbrechen und mit Fingern auf die allen preisgegebene <Ineptia> (Albernheit) des Mysteriums hinweisen würde.»

{693} Nach solchen Überlegungen muss man sich fragen, ob wir einer solchen Instanz, einem so konzipierten Selbst überhaupt vertrauen können. Liefern wir uns nicht einer willkürlichen Macht aus, die mit dem Ich nach eigenem Gutdünken umgeht? Wir stoßen einmal mehr auf eine Grenzerfahrung, die zugleich mit vielfach bezugten Gotteserfahrungen verglichen werden kann. Die Beschreibung der Menschen von ihrer unmittelbaren Erfahrung mit Gott, die Analyse des Selbst-Erlebens, wie sie die analytische Psychologie aufgrund ihrer klinischen und wissenschaftlichen Befunde vorgelegt hat, sind empirisch nicht mehr voneinander zu unterscheiden. Das ist allerdings kein Beweis für eine Identität von Selbst und Gott, wohl aber ein ernst zu nehmender empirischer Hinweis auf eine doch sehr bemerkens- und bedenkenswerte Parallele. Haben die Menschen mit ihren Gotteserfahrungen ihre Selbst-Erfahrung beschrieben, oder beschrieben sie mit ihrer Selbst-Erfahrung jeweils eine Gottes-Erfahrung?

{694} Soweit wir wissen, gibt es psychologisch gesehen keine umfänglichere oder größere Instanz, der das Ich vertrauen kann und muss. Die Antwort auf die eingangs gestellte Frage kann deshalb nur lauten: wenn das Ich vertrauen will, und das muss es, hat es gar keine andere Wahl. Es steht nicht ihm zu, diese Instanz zu wählen, sie ist ihm vorgegeben. Damit berührt die scheinbar so alltägliche und durchsichtige Frage des Selbstvertrauens Bereiche von nicht mehr vorstellbarer Ausdehnung. Die Relativität des Bewusstseins, auch im guten Sinne eines notwendigen Bezogenseins, wird zum unabweisbaren Tatbestand.

{695} Der Individuationsprozess, von dem das Vertrauensfassen ein Teilprozess ist, ist vielleicht der Anfang eines Entwicklungsweges, den eine zukünftige Menschheit nehmen wird. Diese Vermutung JUNG's gibt Anlass zu einigen Fragen und Folgerungen im Rahmen der Überlegung zum Vertrauen. Wir stehen heute in einer sozialen und wirtschaftlichen Situation, die kaum noch mit rationalen Mitteln gemeistert werden kann. Aufgrund unserer rationalen und vernünftigen Denkweise verfügen wir über eine Wissenschaft, eine Technologie und einen Produktionsapparat, die fast schon das Denkbare und Vorstellbare zu überschreiten beginnen. Was vor einigen Jahren noch Utopie war, ist heute käuflich zu erwerben oder herstellbar geworden. Gleichzeitig beobachten wir aber Prozesse, wie die Terroristenszene oder die Geiselnahme in Persien, die mit den uns zur Verfügung stehenden rationalen Mitteln kaum zu verstehen und noch weniger zu beherrschen sind. Sie gehorchen offenbar anderen Gesetzen und Zielen. Als Gruppen und als einzelne suchen wir Alternativen zu einem rational und wissenschaftbedachten und gesteuerten Leben. Die Suche nach dem Selbst, nach der Vereinigung der Gegensätze, in die unsere Welt heute als Ost und West, als kommunistisch und kapitalistisch, als über- und unterentwickelt auseinander fällt, könnte einen Schritt in diese Richtung darstellen. Das Vertrauen in die Ratio ist grundsätzlich erschüttert, ihre Grenzen sind sichtbar geworden, bei allem Respekt vor dem, was durch sie möglich wurde. Das Vertrauen in das Selbst - wenn auch uralter Wissensstand des Menschen - ist, zumindest in unserer Zeit, nur wenig erprobt. Nicht nur einzelne, auch Gruppen sollten wieder auf ihre Träume und Fantasien achten und der Wegweisung von innen vertrauen lernen. Der große Speicher, in unendlich langen Zeiträumen gewachsen, bietet unerschöpfliche Neukombinationen von Bewusstem, aus dem auch neue Überlebenschancen erwachsen können. Vom einzelnen wissen wir, dass es so verläuft. Voraussetzung ist allerdings das Vertrauen, gegründet auf eine differenzierte Wahrnehmung der Seele. Hier hätte die Psychologie eine humane Aufgabe zu leisten. Ob sie ihr gewachsen sein wird, wenn sie sich in Technologie und Operationalisierung verliert, ist in höchstem Maße zweifelhaft.

Erkrankung und Opfer

{696} Die neuere Entwicklung der Psychoanalyse, insbesondere seit der bahnbrechenden Arbeit von Heinz KOHUT (28) und Edith JAKOBSON (29), verwendet das Konzept «Selbst» als zentralen Bestandteil ihres Neuroseverständnisses. Seitdem diese Perspektive allgemeine Anerkennung gefunden hat, werden häufiger «narzisstische Neurosen» oder «Störungen des narzisstischen Systems», des Selbstwertsystems, diagnostiziert. Die klinische Forschung interessiert sich zunehmend für diese ganz frühen Störungen der Beziehungen vor allem zum (eigenen) Selbst, die schon in den frühesten Phasen der Mutter-Kind-Beziehung einsetzen. Der Satz, alle neurotischen Patienten haben einen gestörten Bezug zum Selbst, kann in dieser Allgemeinheit durchaus Geltung beanspruchen. Die analytische Psychologie spricht seit Erich NEUMANN von einer Ich-Selbst-Achse, deren Kontinuität beziehungsweise Bruch in engen Bezug zur seelischen Gesundheit und Erkrankung gesetzt werden. Über den gestörten Bezug zum Selbst kann zusätzlich noch einiges ausgesagt werden: Die Patienten haben Angst vor dem Selbst, insbesondere Angst vor den unbekanntem und treibenden Kräften, denen immer etwas Bedrohliches anhaftet. Sie möchten deshalb bei dem Bekannten bleiben, bei dem, was sie bisher zu leben, zu fühlen oder zu denken gewohnt waren, sei es auch noch so eng und klein. Der Patient ist sich zwar bewusst, dass er ein Leben größter Einengung lebt, er ist aber bereit, diesen Preis für Sicherheit und Geborgenheit zu zahlen. Jede Erweiterung oder Relativierung dieses Rahmens löst große Ängste aus. Die Patienten haben keine vertrauensvolle Beziehung zum Selbst. In der gestörten Beziehung zum Mutterboden des Ich, zum Unbewussten und zum Selbst, wiederholt sich die gestörte Urbeziehung zu den ersten und wichtigsten Bezugspersonen. Einzelheiten darüber hatte ich schon im Kapitel über die Reise mit Vater und Mutter dargestellt.

{697} Das Ich ist eben nur dann in der Lage, sich vom Unbewussten beleben, bereichern und wandeln zu lassen, wenn es dieses Urmisstrauen und alle Vorbehalte nach und nach überwinden kann. Wir sprechen in der Neurosepsychologie von Hingabestörungen - bei beiden Geschlechtern - und meinen damit die Möglichkeiten des Bezuges zum gegengeschlechtlichen Partner. Wir sollten aber auch von Hingabestörungen dem Selbst gegenüber sprechen. «Sich

fallen lassen können» gilt deshalb in doppelter Richtung: nach außen und nach innen. Ich muss mich in der Lage fühlen, meine Position vorübergehend in der Hingabe an einen Partner, an einen anderen Menschen oder an das Selbst aufzugeben. Wenn wir von Liebe und Hass sprechen, verwenden wir sehr häufig das Adjektiv «wahnsinnig». Wir sagen auch, dass uns ein anderer Mensch verrückt macht. Wie immer fasst auch hier die Sprache die psychischen Tatbestände sehr genau. Im Grunde geht es bei jeder Umzentrierung der Persönlichkeit um ein Verrückt-Werden, gesteuert vom Selbst und verbunden mit einem Sich-verrücken-Lassen aufseilen des Ich. Das

{698} Ich muss eben von Zeit zu Zeit und vielleicht gegen Ende des Lebens generell die zentrale Position aufgeben. Wahrscheinlich liegen solchen sprachlichen Formulierungen, die auch von einer Annäherung oder Veränderung der Standpunkte sprechen, solche Erfahrungen zugrunde. In diesem Sinne gibt das Ich seinen Standpunkt zugunsten einer neuen Gestalt auf. Es opfert ihn gewissermaßen, auch wenn es noch so an ihm gehangen hat. Ich erinnere hier nur noch einmal an die Vielfalt der Abhängigkeiten von den Eltern, an die dazugehörigen Bequemlichkeiten oder auch an den Krankheitsgewinn, der mit fast allen neurotischen Erkrankungen verbunden ist.

{699} Das Ich, so hatten wir festgestellt, ist ein Komplex funktionaler Art, der sich im Laufe der Entwicklung des Individuums fester und fester fügt. Der Aufbau und die Stärke des Ich sind von familiären und gesellschaftlichen Bedingungen abhängig. Dass sich ein starkes Ich entwickelt, ist keine Selbstverständlichkeit. In zunehmendem Maße scheint das Gegenteil der Fall zu sein. Das Ich ist das Zentrum des Bewusstseinsraumes, und wir definieren in der analytischen Psychologie Bewusstheit als Beziehung eines psychischen Inhaltes zum Ich-Komplex. Es muss Ich-Komplex deshalb heißen, weil diese Beziehungen in der Regel über eine der vier angenommenen Ich-Funktionen, über das Empfinden, das Fühlen, das Denken oder das Intuieren, hergestellt wird. Hinsichtlich dieser, hier nicht näher zu beschreibenden Ich-Funktionen besteht eine hierarchische Struktur, die stark oder schwach sein kann. Als schwach ist sie dann zu bezeichnen, wenn dem Ich nur eine Funktion und diese unter Umständen in mangelhafter Ausprägung zur Verfügung steht. Das Ich ist um so stärker, je mehr seiner Funktionen entwickelt sind. Ein schwaches Ich ist nicht in der Lage, seine Aufgaben im Gesamt der Persönlichkeit wahrzunehmen und sich mit der inneren und äußeren Realität in geeigneter Weise auseinander- und in Bezug zu setzen. Wirklichkeitsbereiche, innere und äußere, die eine andere Funktion als die, die besonders gut entwickelt ist, erfordern würden, können nicht oder nur in entstellter Form wahrgenommen werden. Dadurch entsteht ein einseitiges, unvollständiges und falsches Bild der Welt, der Mitmenschen und auch des Selbst.

{700} Die Auseinandersetzung mit dem Unbewussten, der zentrale Bestandteil einer analytischen Behandlung, kann nur über die vorhandenen Ich-Funktionen erfolgen. Nur mit dem Ich ist das notwendige therapeutische Arbeitsbündnis möglich. Mit Hilfe der gesunden und auch ansprechbaren Ich-Anteile kann die Reise und das Abenteuer des Erlebens des Unbewussten unternommen werden. Auch bei der Psychosebehandlung wird, neben dem Einsatz von Medikamenten, eine gewisse Wahrnehmungs-, Erkenntnis- und Verbalisierungsfähigkeit vorausgesetzt, wenn diese auch verschlungener und symbolischer ist, als wir es von der Neurosebehandlung kennen. In der klinischen Arbeit zeigt sich immer wieder, wie rasch das Ich sich außerstande fühlt, das vom Unbewussten angebotene Material voll wahrzunehmen oder in die Tat umzusetzen. Das Handeln ist genauso wie das Zulassen des Wiedererlebens und die Wahrnehmung eine Entscheidung des Ich. Mit der im therapeutischen Prozess geforderten Entwicklung der nur schwach ausgeprägten Ich-Funktionen erweitern sich auch die Auffassungsmöglichkeiten des Menschen. Es gelingt ihm, Inneres vom Äußeren, Ich von Nicht-Ich, Vater und Mutter von sich selbst zu unterscheiden. Ein Aspekt der Ich-Schwäche ist dieses Nicht-unterscheiden-Können von Ich, Unbewusstem und äußerer Welt. Die Grenzen sind fließend und durchlässig. Solche, oft als präpsychotisch bezeichnete Patienten haben nie lernen dürfen, eigenes Wesen von Ansprüchen der Umgebung zu unterscheiden. Sie leben auf diese Weise in einer völligen, oder teilweisen Identifikation mit frühen Bezugspersonen. Gleichzeitig entwickeln sie auch ihrem Unbewussten gegenüber keine feste Ich-Struktur, die eine Bewusstwerdung größeren Ausmaßes leisten könnte. Die Stabilität solcher Persönlichkeiten liegt größtenteils in der Rolle, die ihnen angeboten und aufgezwungen wurde. Steht diese Rolle nicht mehr zur Verfügung oder ist ein Rollenwechsel unumgänglich, kommt es häufig zu Dekompensationen und Zusammenbrüchen.

{701} Aus der Familienforschung kennen wir heute den Tatbestand, dass ein Kind aus der Rolle des Hilflosen und Hilfsbedürftigen, die anfänglich völlig natürlich ist und seinem Entwicklungsstand entspricht, nie entlassen wird. Diese Rolle kann für die Aufrechterhaltung des psychischen Gleichgewichts der Mutter notwendig sein, der Selbstwert einer solchen Frau ist daran geknüpft, dass sie sich für jemand anders aufopfern kann. Gibt es eine solche Person nicht, erlebt sie eine schwere narzisstische Selbstwertkrise, sie fühlt sich wertlos und überflüssig. Für niemanden mehr etwas zu bedeuten, ohne einen kompensierenden Bezug zum Selbst zu haben, ist ein kaum erträglicher Zustand. Psychologisch kommt hinzu, dass eine solche Frau in dem Kind auch ihre eigenen Gefühle der Hilflosigkeit und Hilfsbedürftigkeit verleugnet. Diese Gefühle projiziert sie auf das Kind. Am Kind nimmt sie dann wahr, dass dieses hilflos ist und bemuttert werden will. So paradox es erscheint: die Mutter bemuttert im Kind sich selbst beziehungsweise ihr eigenes hilfloses Kind. So wird eine Situation, die als Gefühl und Gefühlsdefizit bei der Mutter beginnt, zur psychischen Realität des Kindes. Eine solche Lösung ist in dem Sinne funktional, als sie Mutter und Kind zunächst hilft, in optimaler Weise am Leben zu bleiben. Auf lange Sicht gesehen wirkt sie sich aber für das Wachstum des Kindes äußerst destruktiv aus. Will das Kind aus dieser Rolle heraustreten, und der natürliche Wachstumsprozess wird es dazu zwingen, wäre das Gleichgewicht, die Homöostase dieser Familie empfindlich gestört. Das Familiensystem wird alles tun, um das Kind in der Rolle der Hilflosigkeit zu lassen.

{702} Vom Kind her gesehen ließe sich das folgendermaßen darstellen: es spürt die treibenden und steuernden Impulse

des Selbst, «darf» ihnen aber nicht folgen. Das Ich des Kindes steht vor der Wahl, entweder die Wahrnehmung des ihm zugänglichen Selbst so zu entstellen, dass es mit dem Selbst der Mutter, mit ihren Überlebens- und Lebensansprüchen übereinstimmt oder in eine ständige konflikthafte Konfrontation mit der Person zu geraten, von der es abhängig ist. Auf diese Weise wird das Kind zu einem Teil der mütterlichen Ganzheit, und in diesem Sinne wird es von der Mutter «gefressen». Die archetypische Struktur des bösen Mütterlichen wird im Kind belebt, und -«verrückterweise» -, weil die Impulse des Selbst in der eigenen Seele böse und gefährlich zu sein scheinen, müssen sie verleugnet und abgewehrt werden. Gleichzeitig entstehen im kindlichen Organismus aggressive Impulse zur Wiederherstellung seiner Lebensfähigkeit. Diese Aggressionen kann das Kind aber nicht gegen die Mutter richten, weil es von ihr abhängig ist. Was bleibt ihm übrig? Die klinische Erfahrung zeigt, dass die aggressiven Impulse häufig gegen die eigene Person gerichtet werden. Ist ein Prozess einmal so weit fortgeschritten, bietet die völlige Identifikation mit der Mutter allein bleibenden Schutz vor dem eigenen «bösen» Inneren. Die Idealisierung der Mutter nun bietet die Möglichkeit, auch das gute Mütterliche, die andere Seite des gegensätzlichen Mutter-Archetypus zu erleben, allerdings wieder nur in der festen Verbundenheit mit der Mutter. Ihr Böse-Sein zu erleben ist unmöglich, sie zeigt und sagt ja auch täglich, wie sehr sie das Kind liebt und wie sie alles für das Kind tut, was in gewissem Sinne auch stimmt. Letztlich opfert sie ihr Leben für das Kind und das Kind opfert gezwungenermaßen sein Leben für die Mutter. So konstatiert sich eine Ganzheit mit verteilten Rollen, das Gute ist bei der Mutter; will ich gut sein, muss ich bei ihr bleiben. Das Böse ist zwar bei mir, doch außer Funktion, solange ich bei ihr bleibe. Abhängigkeit oder Bösheit heißt die im Grunde unmögliche Alternative und damit der unlösbare Konflikt, vor dem das Ich oft kapituliert. Gehen nun vom Selbst unübersehbare Wachstumsimpulse aus, wie etwa in der Pubertät oder im Zusammenhang mit der körperlichen Weiterentwicklung, so steht der Ich-Komplex vor einem nicht mehr lösbaren Dilemma. Das Ich kann dem Ansturm aus dem Unbewussten nicht standhalten. Die wahrgenommene innere Realität steht in großem Gegensatz zum bisherigen Weltbild, eine Vereinigung dieser Gegensätze ist nicht möglich. So bleibt manchmal nur ein Ausweg in die Wahnwelt, in die Neurose oder in eine Umdeutung der Wirklichkeit. Auf diese Weise begründet sich die symbolische und chiffrierte Sprache der präpsychotischen und neurotischen Patienten.

{703} Aus der eben skizzierten Dynamik zwischen Ich, Bezugsperson und Selbst ergibt sich noch einmal der Aspekt der wechselseitigen Abhängigkeit von Ich und Selbst, aber auch der Gesichtspunkt der überlegenen Möglichkeiten des Selbst, denen das Ich nur seine Ich-Funktionen, sein Reflektieren, sein Entscheiden und seine ethische Verwendung disponibler Energien entgegensetzen kann. Das Ich und das Bewusstsein sollten um beides wissen, um ihr zentrales Subjektsein, das das Selbst zum Gegenstand und Gegenüber hat, und um ihr Objektsein, dem das Selbst als handelndes Subjekt gegenübersteht. Es geht um die Beziehung zweier Zentren zueinander. Das Ich ist das Zentrum des Bewusstseins, das Selbst das Zentrum des Unbewussten und des Ganzen. Zwei Subjekte stehen sich gegenüber, die wechselseitig Objekte füreinander sind, die voneinander abhängig und aufeinander angewiesen sind. Zwei Zielrichtungen können sich gegenüberstehen, die mehr oder weniger gegensätzlich zueinander liegen und Ausgangspunkt einer unendlichen Reihe individueller und allgemeiner menschlicher Konflikte sind. Der Kranke hat durchweg seine Fähigkeit verloren, diese naturgegebene Dynamik zuzulassen. Seine Ängste, seine Normen, seine verinnerlichten Objekte hindern ihn, die Ziele des Selbst wahrzunehmen, geschweige denn zu realisieren. Damit ist das Ziel einer analytischen Therapie aber von einem anderen Gesichtswinkel noch einmal abgesteckt: es gilt, das Ich so weit zu festigen, dass es sich den zielgerichteten Intentionen des Selbst aussetzen und sich von ihm im Sinne einer Neuordnung und Neuzentrierung der Gesamtpersönlichkeit verändern lassen beziehungsweise diese Veränderung selbst aktiv mitbewirken kann. Das heißt praktisch, dass Einstellungen verändert, neue Funktionen entwickelt, bisherige Ziele relativiert, bereits gefundene Formen wieder aufgelöst werden müssen. Formfindung und Formrelativierung lösen sich auf dem Wege der Individuation in steter Folge ab.

{704} Bei allem Wissen um die Tragik der Verfremdung und der «verrückten» Zentren zwischen Mutter und Kind darf nicht übersehen werden, dass solche neurotischen Haltungen auch sehr viele Vorteile für den Betroffenen mit sich bringen. Er gewinnt einen kontinuierlichen Zustrom an Liebe und Fürsorge, er findet Geborgenheit und Sicherheit, er vermeidet aggressive Auseinandersetzungen, er verwickelt sich nicht in Schuld, er leidet kaum an Angst. Solange es ihm gelingt, die eigenen Wachstumsimpulse zu verdrängen, bleibt dieser Zustand erhalten und wird von den Eltern in der Regel auch positiv bewertet. Führt eine solche Haltung zum Ausbruch einer Neurose, so ist eine Heilung nicht ohne grundsätzliche Veränderung dieser Standpunkte möglich. Bequemlichkeiten müssen aufgegeben, und auf ganz bestimmte Gewinne muss verzichtet werden. Nicht mehr der liebe und brave Sohn zu sein, bedeutet für viele Männer einen größeren Verlust, als man sich gemeinhin vorstellt. Nicht mehr um des lieben Friedens willen auf alle Konflikte und Auseinandersetzungen zu verzichten, ist für manchen eine schwierige Entscheidung. Es lebt sich einfacher, wenn man den Leuten nach dem Munde redet und eigene Impulse ihnen nicht entgegensetzt. Zunächst ist also ein Heilungs- und Wandlungsprozess mit Verlusten verbunden. Hierzu C. G. JUNG: «Dieser beabsichtigte Verlust ist aber insofern von einer anderen Seite her betrachtet kein wirklicher Verlust, sondern im Gegenteil ein Gewinn, denn das Sich-opfern-Können beweist das Sich-Haben. Wer sich also opfern, das heißt seinen Anspruch drangeben kann, der muss diesen gehabt haben ... Mit dem Opfer beweist man, dass man sich hat, denn das Opfern ist kein Sich-nehmen-Lassen, sondern eine bewusste und gewollte Abtretung, welche beweist, dass man über sich selbst, das heißt über das Ich, verfügen kann. Damit wird das Ich zum Objekt des sittlichen Handelns, denn <Ich> entscheide dann aus einer Instanz, die meiner Ich-Haftigkeit übergeordnet ist. Ich beschließe gewissermaßen gegen mein <Ich> und hebe meinen Anspruch auf. Die Möglichkeit der Selbstaufhebung ist eine empirische Tatsache. Psychologisch will sie sagen, dass das Ich eine relative

Größe sei, die jederzeit irgendwelchen übergeordneten Instanzen subsumiert werden kann.» (30)

{705} Hier ergibt sich nun ein merkwürdiger Tatbestand: Den Standpunkt des Ich aufgeben, so könnte man Hingabe ja auch umschreiben, steht empirisch in engstem Zusammenhang mit dem Opfern. Das Opfer gehört zur Dynamik zwischen Ich und Selbst. Das Sich-Opfern wird im allgemeinen Bewusstsein und Sprachgebrauch mit Liebe, Hingabe, großem Engagement usw. in Verbindung gebracht. Auch wenn mit der Forderung nach Opfer und Opfern überhaupt im Laufe der Jahrtausende viel Missbrauch getrieben worden ist, kommen wir nicht umhin, die Notwendigkeit der Opferbereitschaft anzuerkennen. Allerdings ist von den Menschen häufig Opfer und Verzicht gefordert worden, ehe sie etwas oder sich selbst hatten, sie sollten sich verschenken, noch ehe sie sich selbst besaßen. Ich kann nichts verschenken, was ich selbst noch nicht besitze. Aus der Kinderpsychotherapie kennen wir die manchmal katastrophalen Folgen für die Charakterbildung, wenn ein Kind zu früh gezwungen wird, etwas aufzugeben, noch ehe es die Sicherheit des eigenen Besitzes gefühlsmäßig in sich verankern konnte. Im späteren Leben mag ein Mensch noch so viel besitzen, er wird immer Ängste entwickeln, alles hergeben, alles verlieren und letztlich sogar verhungern zu müssen. Vernünftige Argumente richten gegen solche Opferkomplexe nichts aus. Der beklagte allgemeine Egoismus hat hier seine Wurzeln. Unsere Moral betont mit Recht den hohen Wert des Opfers, doch ist der Zeitpunkt, zu dem es von den Menschen gefordert wird, in der Regel falsch gewählt. Der Weg, wie wirkliches Opfer erlernt werden kann, wird nicht gezeigt.

{706} Diese negativen Varianten des Opfern und Opferkönnens sind in unserem Zusammenhang nicht gemeint. Wir sollten uns weder als Betroffene noch als Therapeuten aufgrund unserer umfangreichen Kenntnisse der pathologischen Formen des Opfern nicht den Blick für seine Psychologie verstellen lassen. Das Opfer muss auch einen positiven Sinn für das Leben haben, sonst hätte es sich nicht so lange in der Geschichte der Menschheit erhalten und wäre nicht zum höchsten Symbol geworden. Pervertierte Formen schließen nicht aus, dass positive Seiten derselben Sache vorhanden sind. Psychologisch gesehen ist der Sinn des Opfers die Erhaltung und Erhöhung der Flexibilität des Ich bei der Wahrnehmung seiner Position dem Selbst gegenüber. Das ist ein einigermaßen überraschendes Ergebnis: Ziel der Psychotherapie müsste es also aus diesen inneren dynamischen Gründen sein, das Ich so erstarken zu lassen, dass es sich nicht nur hingeben, sondern unter Umständen zeitweise ganz drangeben und seinen Standpunkt aufgeben kann. Es gibt eben auch sehr positive Formen einer völligen Hingabe an eine Sache oder an eine Idee. Einem Masochismus ist damit nicht das Wort geredet. Es handelt sich hier um ein Neuverständnis oder auch eine neue psychologische Konzeptualisierung dessen, was Menschen schon immer wussten und erstrebten. Opferrituale, die in der Religionsgeschichte vielfach bezeugt sind, sind unter anderem kollektive Formen der Verwandlung der Persönlichkeit, ihres Übergangs und ihrer Erweiterung in eine umgänglichere und intensivere Gestalt. Was wir heute unter therapeutischem Gesichtspunkt anstreben, ist in den Opferritualen längst vorweggenommen. Ehe wir uns über dieses uralte Erfahrungsgut überheblich hinwegsetzen, sollten wir es sorgfältig prüfen. Hier lässt sich noch einmal die Notwendigkeit der adäquaten Einstellung des Ich dem Selbst gegenüber aufzeigen. Jeder trägt das Wissen um den Sinn eines Opfers in sich. In Bildern und Symbolen werden in chiffrierter Form dem Ich Wandlungsprozesse als notwendig vorgestellt. Das Ich kann, notfalls mit Hilfe eines Therapeuten, aber auch geleitet durch die Symbolik des Traums, herausfinden, in welcher Weise es sich verändern muss.

Und das Böse?

{707} Die Frage nach dem Bösen, ja sogar nach seiner Notwendigkeit, muss immer wieder überdacht werden. (31) Sie gehört zu den Grundfragen der Dialektik des Selbst, zu den prinzipiellen Konflikten und Gegensätzen des Menschen und vielleicht auch der Gottheit. C. G. JUNG hat dieser Frage sein großes Alterswerk gewidmet. Es trägt den Titel «Mysterium coniunctionis». (32) Die Vereinigung der Gegensätze ist eine logische Unmöglichkeit, sie bleibt ein Geheimnis. Dass wir die Welt und uns selbst in Gegensätzen erleben, ist ebenfalls rational nicht begründbar. Wir können es nur beobachten und erfahren. Aber die Erfahrung des Gegensatzes ist immer von besonderer Eindringlichkeit oder Gefährlichkeit. Wir können auch einem geliebten Menschen einmal den Tod wünschen. Da ist doch zu fragen, ob man diesen Menschen wirklich noch liebt, ob der Todeswunsch nicht vielmehr aufdeckt, dass sich die Beziehung grundlegend verändert hat. Andererseits liegt es in der Natur der Gegensätze, dass sie nebeneinander existieren und miteinander die Dynamik der Ganzheit bedingen und diese erst ermöglichen. Deshalb können Todeswunsch und Liebe durchaus beieinander wohnen und wechselseitig ins Bewusstsein dringen. Die therapeutische Erfahrung zeigt auch, dass die Fähigkeit, solche bösen Gedanken und Affekte zuzulassen, den notwendigen Nährboden der Liebe darstellen. Ausschließlich zu lieben, ist niemandem von Natur gegeben. Wer es dennoch meint zu tun, schließt das Dunkle aus und belügt sich bewusst oder unbewusst selbst. Es ist nicht nur ein mutiger Standpunkt, sich solche Gegebenheiten klarzumachen, es ist auch ein mutiges Leben, sich diesen Erlebnissen zu stellen. Wer sich selbst genauer beobachtet, wird feststellen, wie rasch solche Gedanken auftauchen können. Schon kleine Kränkungen können Ketten von Gedanken und Gefühlen auslösen, Hass hervorrufen und Todeswünsche, auch der eigenen Person gegenüber, aktivieren. In welchem Ausmaß solches eintritt, hängt mit der jeweiligen Lebensgeschichte zusammen. Ein einseitig gelebtes Leben kann zu einem solchen Stau von Wut und Hass führen, dass vom Ich große Energien aufgewendet werden müssen, um diese Affekte noch zurückzuhalten und immer wieder zu verdrängen. Einmal ist jedoch eine Grenze erreicht, die Energie ist verbraucht oder in ständige, schon schmerzhaftes Muskelspannungen umgesetzt. Die Alternativen sind völlige Starre oder nicht mehr kontrollierbare Durchbrüche, vor denen wir große Angst haben. Deshalb ist das Problem des Gegensatzes von gut und böse praktisch so relevant wie schwierig. Die Tugend der Tapferkeit ist angesichts dieser unausweichlichen Problematik vonnöten.

{708} Am schwierigsten ist zu verstehen, dass auch die bösen Seiten ihren «guten Sinn» haben sollen. Das sei noch einmal am Todes wünsch verdeutlicht: Zunächst bedeutet Tod nur Abwesenheit des anderen, bezieht sich auf sein Verschwinden und Nicht-Existieren. In praktischer Hinsicht scheinen damit auch Grenzen und Hemmnisse zu verschwinden, die als immer unerträglicher erlebt, wenn auch kaum in vollem Umfang bewusst gemacht wurden. Reicht die eigene Kraft nicht aus, sich dennoch durchzusetzen, bleibt nur die Trennung, wenn das Leben weiter Chancen haben soll. Diese Trennung ist im Todesbild symbolisiert. Es muss dort wieder Lebens- und Spielraum geschaffen werden, wo es zum freien Atmen zu eng geworden war. Der Gedanke an den Tod symbolisiert die Notwendigkeit einer grundlegenden Änderung der Lebensform. Was erschreckend und böse war, erweist sich als unumgängliche Voraussetzung für das weitere Leben. Es dient damit dem Leben und der Erhaltung der Zukunft. Der Leser möge diese Überlegungen nicht als eine Banalisierung des Bösen missverstehen. Es bleibt böse, und seine Erkennung und Anerkennung ist wirklich schwer genug, in jeder einzelnen Situation. C. G. JUNG hat solche Überlegungen am banalen Beispiel des Egoismus angestellt. Eine genauere Analyse erweist den Egoismus manchmal als «stärkste und gesündeste Kraft, (als) ein wahrhaftiger Gotteswille, der ihn (den Kranken) in eine oft gänzliche Vereinsamung treibt. So elend dieser Zustand ist, so nützlich ist er auch; denn darin allein kann der Kranke sich selbst erkennen, kann erlernen, was für ein unschätzbare Gut die Liebe anderer Menschen ist, und überdies ist es nur in der Verlassenheit und tiefsten Einsamkeit mit sich selbst, wo hilfreiche Mächte erfahren werden. Hat man einige Male solche Entwicklungen gesehen, so kann man nicht mehr leugnen, dass das, was böse war, Stufe zum Guten wurde und dass das, was gut schien, das Böse lebendig erhielt. Der Erzteufel des Egoismus selber ist die Via regia zu jener Stille, welche religiöse Urerfahrung fordert. Es ist das große Lebensgesetz der Enantiodromie, der Umkehrung ins Gegenteil, welches die Vereinigung der feindlichen Hälften der Persönlichkeit ermöglicht und damit den Bürgerkrieg beendet. ... In Wirklichkeit aber bedeutet das Annehmen der Schattenseite der menschlichen Natur etwas, das ans Unmögliche streift. Man bedenke, was es heißt, die Daseinsberechtigung des Unvernünftigen, des Sinnlosen und des Bösen anzuerkennen!». (33)

{709} Im Leben des einzelnen stoßen die großen Prinzipien aufeinander. Viele moderne Menschen wollen sich nicht mehr mit den Lösungen der Vorväter begnügen, die in den bekannten moralischen Grundsätzen und Geboten niedergelegt sind. Sie suchen eigene Urerfahrungen und liefern sich damit manchem folgenschweren Irrtum aus, der sich im Nachhinein wieder als unumgängliche Notwendigkeit erweisen kann. Letztlich geht es hier um die Frage nach dem Sinn, die man entweder bejaht oder verneint. «Ist das, was mir als Irrtum erscheint, wirksamer und stärker als die Wahrheit, so liegt es mir zunächst ob, dem Irrtum zu folgen, denn in ihm liegt Kraft und Leben, die ich verliere, wenn ich bei dem, was mir wahr erscheint, bleibe. Das Licht bedarf der Dunkelheit, wie anders könnte es denn Licht sein?» (34)

{710} Solche Ausführungen verleiten zu dem Irrtum, dass das Böse eben letztlich doch nur dem Guten diene, was seiner Bagatellisierung gleichkommt. Das Bedürfnis, es so zu sehen, ist nur zu gut zu verstehen. Dennoch müssen wir uns auch hier der vollen Gegensätzlichkeit stellen, der gemäß Böses nur böse und Gutes entsprechend gut ist. In solche Schwierigkeiten ist das Kind im Grunde schon in der ödipalen Situation verwickelt. Die Liebe zur Mutter provoziert die vernichtende Rache des Vaters, die Liebe zum Vater die tödliche Gegenmaßnahme der Mutter, wie folgender Traum zeigt: «Da waren zwei Gruppen von Menschen, die aufeinander mit Maschinengewehren schossen. Es war eine <gute> und eine <böse> Gruppe. Schließlich blieb von der <guten> Gruppe nur noch eine Frau übrig, von der <bösen> Gruppe eine Frau und ein Mann. Ich erkannte plötzlich, dass die beiden Frauen Mutter und Tochter waren, die Mutter war die aus der <guten> Gruppe. Sie schoss noch einmal auf die Tochter, und obwohl die Kugel nicht direkt getroffen hatte, sprang die Kugel zurück und zerschmetterte der Tochter das Rückgrat.»

{711} Der Mensch geht von allem Anfang an im Kraftfeld dieser «zwei Gruppen» und sucht seinen Weg trotz dieser vorgegebenen Bedingungen, denen er nicht entfliehen kann. Dass FREUD im Ödipus-Konflikt den Kernbereich jeder Neurose sah, ist deshalb prinzipiell richtig, auch wenn wir heute um präödipale und archaische Konfliktkonstellationen wissen. Auch die archaische Wut des Säuglings bewegt sich im Rahmen der großen Parameter; das «Helle» und das «Dunkle» sind das Kernproblem jeder Neurose.

{712} Viele Fragen müssen offen bleiben. So etwa diese: Wenn es für die Mutter auch letztlich «gut» sein mag, ihre Tochter aus dem Wege zu räumen, wo liegt das Gute für die Tochter? Bleibt sie nicht trotz aller solcher Überlegungen ein Opfer des Bösen? War es notwendig für sie? Auch die Gefahr, dort einen Sinn zu sehen, wo vielleicht Sinnlosigkeit herrscht, muss bedacht werden. JUNG neigte bekanntlich zu der vorsichtigen Hoffnung, dass letztlich doch der Sinn überwiege, aber es war eine Hoffnung, kein Wissen. Die beiden Prinzipien sind gleich stark, auch wenn sie sich in meinem Leben aussöhnen und ich mit aller Vor- und Rück-Sicht mit ihnen umgehen kann.

{713} Ein starkes Ich ist auch hier wieder die Voraussetzung, sich mit einiger Freiheit innerhalb dieser großen und sehr dynamischen Gegensätze zu bewegen. Wir dürfen nicht übersehen, dass die beiden Pole Gut und Böse mit großen kollektiven Wertsystemen assoziiert sind. Das von einer Kultur als «gut» definierte Verhalten ist zugleich Inhalt von Recht, Ordnungsregeln und auch religiösem Kanon. Mächtige Institutionen geben vor, dieses Gute zu vertreten. Lehne ich mich dagegen auf, stehe ich unter Umständen einsam gegen eine mächtige Front von Ideologie und Institution. Wer den Schritt gewagt hat, seine Familie zu verlassen, weiß etwas von der Macht der «Heiligen Familie», die sowohl in ihm wie um ihn herum existiert. Er ist derjenige, der etwas zerbricht. Kann ein Mensch, der etwas zerbricht, noch als «gut» bezeichnet werden? Wie wird er selbst damit fertig? Wie viele Wiedergutmachungsversuche wird er unternehmen, um diese von ihm vielleicht als notwendig erkannte Schuld auf sich zu nehmen? Dies sind nur einige

Andeutungen, die in diesen schwierigen und komplexen Lebensbereich hinein gehören. Wer sich aber der Steuerung des Selbst unterwerfen will, wird immer wieder vor die Alternative gestellt sein, im Sinne irgendeiner Institution böse handeln zu müssen. Die Dialektik von Anpassung und Eigenständigkeit ist häufig eine solche von gut und böse. {714} Wenn ich bisher von «böse» gesprochen habe, so bezog sich dieses hauptsächlich auf sozial definierte Regeln und Ordnungen. Die Abweichung war das Böse. Wir müssen jedoch damit rechnen, dass das Böse als generelle archetypische Möglichkeit ebenfalls unendlicher Wandlung fähig ist. Wir hatten schon von polaren Endformen des Bösen gesprochen, wie sie sich in der Zeit des Nationalsozialismus in Deutschland konstellierte. Weshalb Gegensätze in solcher nicht mehr mit Worten beschreibbaren Wucht aufeinander prallen, bleibt ebenfalls eine unbeantwortete Frage. {715} Eines lehrt jedoch die Geschichte: Das Böse ist mit einer ungeheuren Dynamik ausgestattet, der zu widerstehen es wiederum eines starken Ich bedarf. Deshalb sei auch am Ende dieses Abschnittes noch einmal betont, dass das Ich bei all seiner Relativität und Kleinheit doch die *conditio sine qua non* ist, ohne die es keine Realisierung des Selbst gibt. Es ist das Zentrum meiner individuellen Menschlichkeit.

Hinweise für den Therapeuten

{716} Die Auffassung vom Selbst ist der wichtigste Inhalt der analytischen Psychologie. Es ist als steuerndes, wissendes, zielorientiertes Zentrum jedes Entwicklungsprozesses zu verstehen und in der Behandlung mitzudenken. Gleichzeitig wird es nur sichtbar und erlebbar, wenn ihm ein Wahrnehmungsorgan und ein Bewusstsein gegenüber oder zur Verfügung stehen, die seine Impulse aufnehmen und in die konkrete Tat umsetzen. Behandlungen von Patienten in der ersten Lebenshälfte müssen sich notwendigerweise auf die Stützung des Ich und des Bewusstseins, auf Reifungsprozesse der Ablösung, Abgrenzung und Autonomie beziehen. Auch in diesem Heldenkampf die Intentionen der Instanz zu sehen, die auf das größere Ganze der zukünftigen Person gerichtet ist, bleibt die theoretische Voraussetzung zum Verständnis des Prozesses. Erst in der zweiten Lebenshälfte ist das Ich dann stark genug, sich der Begegnung mit dem Selbst, dem Sinn und Ziel der eigenen Entwicklung, bewusst zu stellen. Deshalb relativiert das Selbst auch jede Theorie der Therapie, sobald es um den ganz persönlichen und einmaligen Weg geht. Es macht die Theorie keinesfalls überflüssig, ist es doch selbst ein Kernstück derselben. Trotzdem begeben das Selbst nie direkt, sondern immer in bildhafter Form oder in grundlegenden, sinnhaften Erkenntnissen, eben jenem unmittelbaren und evidenten Wissen, das auch zu schwerwiegenden Schritten befähigt. Die schon an anderer Stelle erwähnte *Vox Dei* gehört hierher. Häufig wird der Mensch im Traum direkt gerufen. Moderne Menschen erleben das gleiche, was seit Urzeiten als Anruf der Götter verstanden wurde. Ein Größeres bricht in das persönliche Leben ein, weshalb die Beziehung von Ich und Selbst auch eine Dialektik des Kleinen und des Großen in ihrer wechselseitigen Bedingtheit ist. {717} In der Technik der aktiven Imagination wird der Versuch unternommen, «das Unbewusste direkt anzusprechen», zu befragen und sich mit ihm auseinanderzusetzen. Die Person oder das Tier, mit der die Beziehung aufgenommen wird, kann als Repräsentant des Selbst betrachtet werden. Bei solchen Prozessen endet das therapeutische, theoriebedingte Vorwissen völlig. Beide, Analysand und Therapeut, beobachten einen Lebensprozess, für den es außer seiner allgemeinen und bekannten Struktur kein Vorbild gibt. Es ist unmittelbar wahrgenommenes schöpferisches Leben, etwa im Sinne von «Schöpfungsakten in der Zeit», wie C. G. JUNG die Synchronizität verstanden hat. (35) Gerade das aber sind jene Akte der Selbst-Findung, um die es vielen modernen Menschen geht und wofür sie zu großem persönlichen Einsatz bereit sind. Ich glaube, die Psychotherapie kann diesen Anliegen nur dann gerecht werden, wenn sie eine psychisch/nichtpsychische Instanz annimmt, die dem von JUNG vorgeschlagenen Konzept des Selbst entspricht. Nur so werden ganz individuelle Wege auch wieder theoretisch verstehbar, praktisch ereignen sie sich ja ohnehin, ob wir sie verstehen und einordnen können oder nicht. Als Voraussetzung gehört hierzu die recht schwierige theoretische Auseinandersetzung mit diesen Fragen, die JUNG's Werk zur Genüge dokumentiert, noch mehr aber die Konfrontation mit den Antinomien des Lebens in der täglichen Praxis. Wir wissen inzwischen, dass auch der Therapeut keineswegs immer «gute Mutter» sein darf, so schwer es ihm fallen mag.

Für den Betroffenen

{718} Aus den vorangegangenen Überlegungen geht zur Genüge hervor, dass die Frage nach dem Selbst jeden von uns betrifft. Nicht nur unsere Welt, auch der einzelne ist häufig in Gegensätze eingespannt. Wir erkranken, wenn wir nur die eine Seite der lebendigen Polarität leben dürfen. Die andere Seite auch zu leben, stellt ein Wagnis dar. Häufig ist es uns nicht möglich, den Schritt in diese bedrohliche Welt allein zu unternehmen. Dem Psychotherapeuten kommt heute die Aufgabe zu, solche Entwicklungen zu begleiten und die damit verbundenen, zum Teil erheblichen Ängste mit durchzustehen. Das tun zu lernen, was im Rahmen der genossenen Erziehung als «unmöglich» und «böse» galt, umfasst oft einen Lernprozess von vielen Jahren. Nicht nur der Therapeut braucht große Geduld mit seinem Patienten, auch dieser - und das vor allem - mit sich selbst. Nur zu rasch werden wir ungeduldig, wenn uns die Kraft ausgeht, angesichts der institutionellen Supermächte wie Kirche, Recht und Staat, Systeme allgemeiner Selbstverständlichkeiten. Die Forderung, ein guter Mensch sein zu müssen, der nichts Unrechtes tut, angepasst zu sein, ist so tief verankert, dass sie zu den zentralen Komplexen der psychischen Struktur gehören dürfte. Direkte Vernichtungsängste verbinden sich häufig mit den ersten Schritten auf dem Weg des Böseseins. Ich möchte es an dieser Stelle noch einmal betonen: «Böse-Sein» wird zunächst immer definiert im Hinblick auf das «Gut-Sein» der jeweiligen kulturellen Gruppe. Wer in einem pietistischen Elternhaus aufgewachsen ist, hat andere Begriffe vom Bösen als ein Jugendlicher in einer freisinnigen Familie.

{719} Von einer inneren Gegensatzstruktur des Selbst und ihrer Dialektik zu sprechen, hat meines Erachtens eine große psychohygienische Bedeutung. Wenn es mein Schicksal ist, in solchen Gegensätzen leben zu müssen, wenn zu meinen Wachstumsprozessen auch die Entwicklung der dunklen Seite meiner Persönlichkeit gehört, so bedeutet dies für mich eine wesentliche persönliche Entlastung. Im vorausgegangenen Text hatte ich an mehreren Stellen die Auffassung der analytischen Psychologie vertreten, dass das Ich gar nicht so sehr Subjekt, sondern in vieler Hinsicht Objekt archetypischer Prozesse und der Steuerungsimpulse des Selbst ist. Insofern wäre das Ich auch nur bedingt für sein Schicksal verantwortlich. Wenn wir ihm die Aufgabe der Wahrnehmung des Flusses der psychischen Energie und damit eine relative Passivität zuschreiben, so legen wir die Hauptlast auf die Eigendynamik des Selbst. Das sollte nun nicht zu einem müden Relativismus führen im Sinne eines achselzuckenden «Was kann ich schon tun, es wird ja doch alles mit mir gemacht». Es wäre ein Hineintragen meiner persönlichen neurotischen Lebenssichtweise in dieses Ich-Selbst-Konzept. Eine genauere Betrachtung der Träume und anderer Fantasien würde dartun, dass der auf Seite 331 beschriebene Zustand der Verbindung zwischen Ich und Selbst, wie ihn Marie Louise von FRANZ gegeben hat, nicht erreicht ist. Wir verfügen über genügend Zeugnisse aus der Religionsgeschichte, um zu wissen, welche intensive innere Auseinandersetzung nötig ist, um jene Direktheit des Zugangs /um Zentrum in diesem umfassenden Sinne zu erlangen. In neuerer Zeit ist es in Indien vor allem Sri Aurobindo gewesen, der in immer wieder neuen Versuchen diesen Bezug des Ich zum Überpersönlichen als erfahrbar dargelegt hat. Der einzelne vermag sehr gut zu unterscheiden zwischen meiner müden Resignation, die nur eine Widerspiegelung kindlicher Abhängigkeit ist, und einer offenen Begegnung und Auseinandersetzung mit der Gegensatzstruktur und dem Prozess des eigenen Lebens. Mir ist es vor allem wichtig, den Leser immer wieder zu ermutigen, sich schrittweise auf dieses große Abenteuer seines Lebens einzulassen und es dabei auf sich zu nehmen, dass schon einmal gewonnene Form sich auflöst und neu gestaltet. Dieses Prinzip der Wandlung, des Umschlages, der Berührung der Gegensätze ist die Grundauffassung des I-Ging. Neueste Untersuchungen scheinen darzutun, dass die aufgrund dieser dialektischen Wandlungsprozesse anzunehmenden Entwicklungen dem Grundmuster menschlichen Verhaltens entsprechen, wie sie in Computersimulationsmodellen gefunden werden. Die Gegensatzstruktur ist die tragende Grundlage des I-Ging. Liest man die Kommentare des dritten Buches nacheinander, so entfaltet sich das Panorama der Gegensätze und ihrer Vereinigung. Begegnungen mit dem Selbst sind gleichzeitig Begegnungen mit geballter Energie. Die entsprechenden Bilder können faszinierend sein. Deshalb ist es wichtig, dass das Ich immer eine balancierte Position zwischen den Gegensätzen einnimmt und sich weder mit der einen noch mit der anderen Seite identifiziert. Dieses mittlere Maß der Bescheidenheit ermöglicht die Wahrnehmung und das Vertrauen, von denen ausführlich die Rede war.

12. Archetypen: Wirkkräfte und Leitbilder

Thesen zum Thema

{720} Menschliches Verhalten gründet auf einer allgemeinen Grundlage, die sich in jedem Individuum wieder finden lässt. Dass wir als Kinder darauf angewiesen sind, eine Mutter zu suchen und zu finden oder mit unseren Geschwistern rivalisieren, dass überall auf der Welt auch mütterliche beziehungsweise weibliche Gottheiten angebetet werden und bestimmte Wege in vielen Kulturen heilig sind - dies sind nur einige Beispiele -, ist eine Folge dieser allgemeinen und gemeinsamen Basis.

{721} Der einzelne wäre in der verwirrenden Vielfalt seiner Lebensmöglichkeiten und der auf ihn eindringenden Umwelteinflüsse verloren, verfügte er nicht über ein kollektives, ihm allerdings unbewusstes Repertoire von Reaktions- und Erlebnismöglichkeiten.

{722} Die archetypische Struktur menschlichen Verhaltens ist die «Menschenart des Menschen». (1) Sie umfasst alle Möglichkeiten des Verhaltens und stellt zugleich deren Begrenzung dar. Im Leben des einzelnen Menschen verwirklichen sich nur Ausschnitte und Teilstücke dieser Gesamtheit.

{723} Die verschiedenen Archetypen beziehen sich jeweils auf abgrenzbare Verhaltensbereiche, in denen sie Motor und Zentrum der organismischen Selbstregulierung darstellen. Sie sind die Anordner des psychischen Materials, etwa der Gefühle, der Traumbilder und Einfälle und damit auch Grundlage und

{724} Mitakteur der therapeutischen Arbeit. Der Heilungs- und Entwicklungsprozess verläuft innerhalb dieses vorgegebenen Rahmens.

{725} Die Archetypen sind formale Bezugsgerüste, die gewisse Erlebnisse ermöglichen und andere nicht. Inhaltlich sind sie von unendlicher Vielfalt. Angesichts der in allen Kulturen vorkommenden «Heiligkeit» von bestimmten Wegen oder Orten wie Kirchen, Moscheen und Tempeln, postuliert die analytische Psychologie eine entsprechende archetypische Struktur, die sich auf Heiligkeit von Ort und Weg bezieht. Archetypische Struktur heißt, dass sich immer wieder entsprechende Erlebnisinhalte finden werden. Welche Wege davon berührt sind, wie Prozessionen im einzelnen aussehen und welchen Göttern sie dienen, ist kulturell sehr verschieden. Allen gemeinsam aber ist der Weg und sein rituelles Beschreiten. Letztlich geht auch jeder Mensch seinen «Lebensweg», er bewegt sich in diesem Rahmen.

{726} Archetypen erscheinen bevorzugt in Fantasien und Träumen, in Weltbildern, Mythen und großen symbolischen Vorstellungen, die sich auch mit nationalen Symbolen verbinden können wie dem Königsadler, dem Halbmond oder dem Roten Stern. Zu den großen Symbolen gehört auch das Kreuz, das in den verschiedenen Kulturen auf eine bestimmte Weise dargestellt wird. Mit dem Archetypus sind immer Bildvorstellungen verbunden, weshalb JUNG anfänglich von Ur-Bildern sprach.

{727} In den Archetypen werden Energien spezifisch erfahrbar. Die Energien bedingen die Aktivierung und Konstellation der Archetypen. Dies ist ein theoretisches Postulat, abgeleitet aus der klinischen Erfahrung der Konstellation archetypischer Bilder, wie sie in Träumen „nd Fantasien der Patienten auftauchen, zum Beispiel in Form von Brunnen, Baum oder Berg.

{728} Der Zugang zum «mundus archetypus», zur Gesamtheit dieser Strukturkomponenten der Psyche, ist eine Voraussetzung der Einwurzelung in den eigenen Grund, in das Leben und das Selbst. Hier liegt der Ansatz zu einer Geborgenheit, die von persönlichen Faktoren, zum Beispiel Eltern oder Partnern, unabhängig ist. Hier setzt auch das entsprechende Heilungsmodell der analytischen Psychologie an.

{729} Die Religionen verwalten zum großen Teil das archetypische Erbe. Sie hüten manche der großen Bilder, und sie tragen Verantwortung für deren Zugänglichkeit und Lebendigkeit mit. Insbesondere gilt das natürlich für die Gottesbilder und die Bilder der großen Weltzusammenhänge, für das Gegensatzpaar von gut und böse. Den Archetypen entnimmt das individuelle wie das kollektive Bewusstsein die Leitbilder zur Orientierung. Verliert es den Zugang dazu, etwa im Zuge eines einseitigen Rationalismus, so wird es «grundlos» und fällt - fast - aus dem Rahmen des Menschlichen heraus. Eine auf diese Weise vom Grunde losgelöste Vernunft ist wie ein Feuer, dem das Brennmaterial entzogen wird. Wie lange kann es brennen? Ohne schöpferische Einfälle aus der unbewussten Psyche sind wir darauf angewiesen, den Computern eine hochkomplizierte Denkmechanik zu überlassen, die in nicht absehbarer Weise auf uns zurückwirken wird. Die Alternative wäre das Entdecken neuer großer Bilder. Wenn heute der Verzicht wieder entdeckt, auf die Notwendigkeit neuer Rituale und Mythen hingewiesen wird und der Club of Rome neue Wertssysteme fordert, so weisen diese Überlegungen in die gleiche Richtung. Die Wahrscheinlichkeit ist nicht gering, dass neue Bildsysteme entstehen, ist doch die Evolution des Menschen noch nicht zum Stillstand gekommen, soweit wir das beurteilen können. Vielleicht hat C. G. JUNG recht, wenn er den Individuationsprozess in der im vorigen Kapitel dargestellten Form als das Anfangsstück eines solchen neuen Weges für die Menschheit sieht.

C. G. Jung zu diesem Thema

{730} «Wenn wir... das Seelische als selbständigen Faktor betrachten, so ergibt sich daraus die Folgerung, dass es seelische Existenz gibt, welche der Willkür bewusster Erfindung und Handhabung entzogen ist. Wenn also jener Charakter von Flüchtigkeit, Oberflächlichkeit, Schattenhaftigkeit ... irgendeinem See-

{731} lischen anhaftet, so gilt dies zu allermeist vom Subjektiv-Psychischen, nämlich von den Bewusstseinsinhalten,

nicht aber vom Objektiv-Psychischen, dem Unbewussten, welches eine a priori bestehende Bedingung des Bewusstseins und seiner Inhalte darstellt. Vom Unbewussten gehen determinierende Wirkungen aus, welche, unabhängig von Übermittlung, in jedem einzelnen Individuum Ähnlichkeit, ja sogar Gleichheit der Erfahrung sowohl wie der imaginativen Gestaltung gewährleisten. Einer der Hauptbeweise hierfür ist der sozusagen universale Parallelismus mythologischer Motive, die ich wegen ihrer urbildlichen Natur Archetypen genannt habe.» (2)
{732} «Nach meiner Auffassung ist die Idee eines psychischen <pattern of behavior> keineswegs erstaunlich, ist doch die Gleichförmigkeit autochtoner psychischer Gestaltungen schon von FREUD anerkannt worden. Ihm gebührt die Ehre, den ersten Archetypus entdeckt zu haben, den Ödipus-Komplex. Es handelt sich dabei um ein Motiv, das ebenso mythologisch wie psychologisch ist. Natürlich ist es nur ein einzelner Archetypus, nämlich derjenige, welcher die Beziehung zwischen Sohn und Eltern darstellt. Es müssen jedoch noch andere Archetypen wirken, denn es gibt auch die Beziehung zwischen Tochter und Eltern, die Beziehung zwischen Eltern und Kindern, zwischen Mann und Frau, Bruder und Schwester etc. Sehr wahrscheinlich sind auch <patterns> vorhanden, die die verschiedenen Altersstufen des Menschen, Geburt, Tod etc. darstellen. Es gibt eine Unmenge typischer Situationen, die alle in bestimmten angeborenen Strukturformen ausgedrückt sind. Diese zwingen das Individuum, auf eine spezifisch menschliche Weise zu funktionieren. Die entsprechenden Strukturformen zwingen die Vögel, ihr Nest auf eine bestimmte Weise zu bauen.» (3)

{733} «Archetypen sind Erlebniskomplexe, die schicksalsmäßig eintreten, und zwar beginnt ihr Wirken in unserem persönlichsten Leben. Die Anima tritt uns nicht mehr als Göttin entgegen, sondern unter Umständen als unser aller persönlichstes Missverständnis oder unser bestes Wagnis.» (4)

{734} «Wenn alle Stützen und Krücken gebrochen sind und auch nicht die leiseste Rückversicherung irgendwo noch Deckung verspricht, dann erst ist die Möglichkeit gegeben zum Erlebnis eines Archetypus, der sich bisher in der bedeutungsschweren Sinnlosigkeit der Anima verborgen gehalten hatte. Es ist der Archetypus des Sinnes, wie die Anima den Archetypus des Lebens schlechthin darstellt. ... Wie aber geben wir Sinn? Woher nehmen wir Sinn in letzter Linie? Die Formen unserer Sinnggebung sind historische Kategorien, die in ein nebelhaftes Altertum hinaufreichen, worüber man sich gewöhnlich keine genügende Rechenschaft gibt. Die Sinnggebung bedient sich gewisser sprachlicher Matrizen, die ihrerseits wieder von urchimlichen Bildern abstammen. Wir können diese Frage anfassen, wo wir wollen, überall geraten wir in die Sprach- und Motivgeschichte, die immer stracks in die primitive Wunderwelt zurückführt.» (5)

{735} «Da die Archetypen relativ autonom sind, wie alle numinosen Inhalte, so können sie nicht einfach rational integriert werden, sondern verlangen ein dialektisches Verfahren, das heißt eine eigentliche Auseinandersetzung, die von dem Patienten häufig in Dialogform durchgeführt wird, womit er, ohne es zu wissen, die alchemistische Definition der Meditation verwirklicht: nämlich als «Colloquium cum suo angelo bono», als inneres Zwiegespräch mit seinem guten Engel.» (6)

{736} «Wir müssen heutzutage von der Hypothese ausgehen, dass der Mensch insofern keine Ausnahme unter den Geschöpfen darstellt, als er unter allen Umständen, wie jedes Tier, eine präformierte, artgemäße Psyche besitzt. ... Wir haben keinerlei Grund zur Annahme, dass es gewisse menschliche Tätigkeiten (Funktionen) gibt, welche von dieser Regel auszunehmen wären. .. Es ist die Menschenart des Menschen, die spezifisch menschliche Form seiner Tätigkeiten. Die spezifische Art liegt schon im Keim. Die Annahme, dass sie nicht vererbt sei, sondern in jedem Menschen neu entstehe, wäre ebenso unsinnig wie die primitive Auffassung, dass die Sonne, die am Morgen aufgeht, eine andere sei als jene, die am Abend zuvor unterging.» (7)

{737} «Ich begegne immer wieder dem Missverständnis, dass die Archetypen inhaltlich bestimmt, das heißt eine Art unbewusster <Vorstellungen> seien. Es muss deshalb nochmals hervorgehoben werden, dass die Archetypen nicht inhaltlich, sondern bloß formal bestimmt sind, und letzteres nur in sehr bedingter Weise. Inhaltlich bestimmt ist ein Urbild nachweisbar nur, wenn es bewusst und daher mit dem Material bewusster Erfahrung ausgefüllt ist. Seine Form dagegen ist ... etwa dem Achsensystem eines Kristalls zu vergleichen, welches die Kristallbildung in der Mutterlauge gewissermaßen präformiert, ohne selber eine stoffliche Existenz zu besitzen. Letztere erscheint erst in der Art und Weise des Anschließens der Ionen und der Moleküle. Der Archetypus ist an sich leeres, formales Element, das nichts anderes ist als eine <facultas praeformanti>, eine a priori gegebene Möglichkeit der Vorstellungsform. Vererbt werden nicht die Vorstellungen, sondern die Formen. ... Bezüglich der Bestimmtheit der Form ist der Vergleich mit der Kristallbildung insofern einleuchtend, als das Achsensystem bloß die stereometrische Struktur, nicht aber die konkrete Gestalt des individuellen Kristalls bestimmt. Dieser kann groß oder klein sein oder variieren vermöge der verschiedenen Ausbildung seiner Flächen oder vermöge der gegenseitigen Kristalldurchwachsung. Konstant ist nur {738} das Achsensystem in seinen im Prinzip invariablen geometrischen Verhältnissen. Das gleiche gilt vom Archetypus: er kann im Prinzip benannt werden und besitzt einen invariablen Bedeutungskern, der stets nur im Prinzip, nie aber konkret seine Erscheinungsweise bestimmt. Wie zum Beispiel der Mutter-Archetypus jeweils empirisch erscheint, ist aus ihm allein nie abzuleiten, sondern beruht auf anderen Faktoren. Wie jeder Archetypus, so hat auch derjenige der Mutter eine schier unabhsehbare Menge von Aspekten.» (8)

{739} Als Beispiele führt JUNG nicht nur die persönlichen Mütter wie Mutter, Großmutter, Stief- und Schwiegermutter an, sondern auch universelle Mütter, die Kirche, die Universität, Staat, Erde, Wald und Meer, auch die Unterwelt und der Mond gehören hierher, der Acker, der Garten, die Höhle und der Baum sind ebenfalls Geburts- und Zeugungsstätten. Das gleiche gilt für Quelle, Brunnen und Taufbecken. Bekannt sind der Backofen und der Kochtopf,

als Tier die Kuh. Im negativen Sinne ist an die Schicksalsgöttinnen, an die Hexen, an die verschlingenden Drachen zu denken, auch das Grab, die Wassertiefe, der Sarg und der große verschlingende Fisch gehören in den Bereich des Mutter-Archetypus. Abschließend noch ein weiteres, vielleicht etwas unerwartetes Beispiel für einen Archetypus, den Baum. JUNG hat unter dem Titel «Der philosophische Baum» diesem Thema eine grundlegende Darstellung gewidmet. Er bezieht sich dabei in erster Linie auf Bilder, die im Laufe einer Analyse gemalt wurden, zum Teil auch auf solche, die im Anschluss an eine Behandlung oder ganz spontan entstanden sind. Ich zitiere: «Ein Bild, das unter den archetypischen Gestaltungen des Unbewussten häufig auftritt, ist das des Baumes oder der wunderbaren Pflanze überhaupt.» Symbolisch stellt er «das Selbst als einen Wachstumsvorgang dar». (9)

{740} In Kapitel 19 dieser Arbeit beschäftigt er sich mit dem Thema «Der Baum als Mensch» und kommt zu folgendem Schluss: «Der Baum ist sozusagen eine Wandlungsform des Menschen. ... Insofern der Baum das Opus und den Wandlungsprozess <moralisch und psychisch> symbolisiert, ist es auch klar, dass er den Lebensprozess überhaupt meint. Da das durch den Baum dargestellte Opus ein

{741} Mysterium von Leben, Tod und Wiedergeburt ist, so kommt auch der arbor philosophica diese Bedeutung zu und darüber hinaus noch die Eigenschaft der Weisheit, welche der Psychologie einen wertvollen Hinweis gibt. Schon seit alters galt der Baum als Symbol der Gnosis und der Weisheit.» (10, 11)

{742} Diese Andeutungen sollen hier genügen, das genaue Studium der Arbeit C. G. JUNG's zu diesem Thema ist sehr instruktiv und lohnend.

Typische Lebenssituationen

{743} Es ist eine banale Erkenntnis, dass sich typische Situationen in jedem Menschenleben wiederholen. Es wäre ohne weiteres möglich, menschliches Verhalten auf diese allgemeinen Züge hin zu untersuchen und sie im einzelnen darzustellen. Die individuellen Anteile unseres Verhaltens sind gar nicht so umfassend, wie man in der Regel annimmt. Schon die Analyse eines Tageslaufes, der am Morgen mit dem Läuten des Weckers beginnt, zeigt das. Millionen Menschen tun etwa zur gleichen Zeit ziemlich dasselbe. Dabei ist es weniger von Belang, was der eine oder andere zum Frühstück zu sich nimmt. Ähnliches gilt für den weiteren Verlauf des Tages. Man mag die einzelnen Ereignisse als äußerlich bezeichnen und sie auch weitgehend in Abhängigkeit von Gewohnheit und Konventionen sehen. Sicher gibt es viele äußerliche Einflüsse, die das Verhalten des Menschen in die gleiche Richtung bringen. Andererseits wäre dies nicht möglich, wenn die inneren Voraussetzungen dafür nicht gegeben wären. Nun besteht gar kein Grund zu der Annahme, dass sich das im psychischen Bereich grundsätzlich anders verhält. Gäbe es diese allgemeine Basis menschlichen Verhaltens nicht, wir würden uns kaum miteinander verständigen können. Sich in einen anderen hineinzufühlen beziehungsweise sein Verhalten zu erklären, setzt voraus, dass er über ähnliche Voraussetzungen seines Handelns verfügt. Ich muss davon ausgehen können, dass er sich heiter fühlt, wenn er lacht. Und wenn ich ein ironisches von einem freudigen Lachen unterscheidet, so setze ich selbstverständlich voraus, dass entsprechende Gedanken oder Gefühle in ihm wachgeworden sind. Dass wir uns täuschen können, ändert an dieser notwendigen Voraussetzung nichts. Am Zeichensystem der Sprache lässt sich dieser Sachverhalt noch einmal gut illustrieren. Nur wenn mehrere Menschen auf die gleiche Weise Wortklangbilder und Bedeutungen verbinden, verstehen sie sich. Bedeutet für mich ein Wort etwas ganz anderes als für meinen Partner, werden wir uns sicher missverstehen. Das gilt genauso für Gesten und Mimik. Stirnrunzeln kann Nachdenken begleiten, aber auch kritische Gedanken signalisieren. Wir müssen über ein gemeinsames Zeichensystem und feste Zuordnungsregeln für die Bedeutungen verfügen. Wenn wir einem Kind sagen: «Das ist ein Hund», so üben wir mit ihm diese Zuordnungen ein.

{744} Vom Überleben der Organismen her ist es ohne weiteres einsichtig, dass alle Individuen in einer bestimmten Art sehr ähnliche Verhaltensmöglichkeiten im Laufe ihrer Entwicklung gespeichert haben, die ihnen bestmögliche Anpassungen an ihre Umwelt garantieren. Diese artgemäße Verhaltensstruktur ist überall nachweisbar, die Tierarten unterscheiden sich ihnen gemäß. Die Grundmuster des Verhaltens müssen nicht von jedem einzelnen Individuum neu erlernt werden, sie sind in der Erbausstattung mitgegeben und damit dem einzelnen und seinem Ich vorgegeben. JUNG spricht von der artgemäß-präformierten Psyche des Menschen. Für den einzelnen Menschen bedeutet diese Basis eine sichere und vertrauenswürdige Grundlage seines Lebens, es ist eine Variante des Selbst-Vertrauens (siehe Kapitel 11) und seiner Begründung. Wir wissen, dass in typischen menschlichen Situationen die ihnen entsprechenden inneren Möglichkeiten aktiviert und dem Bewusstsein damit geeignete Handlungsimpulse angeboten werden. Die Aufgabe des Ich ist es dann, diese der aktuellen Situation anzupassen und zu verwirklichen. Dem Ich steht ein Rohmaterial zur Verfügung, das für die augenblicklichen Belange bearbeitet werden muss. Solche, häufig kompensatorisch wirkenden Impulse lassen sich in jeder Alltagssituation nachweisen. Vom Unbewussten wird das zur Verfügung gestellt, was dem Ich fehlt. Seine Begrenzung wird ergänzt. Archetypische Prozesse sind nicht immer, wie oft angenommen, mit großen Symbolen, tief gehenden Erlebnissen oder dem Bewusstsein merkwürdig vorkommenden Vorstellungen

{745} in Träumen und Fantasien verbunden. Man muss auch nicht in einem Lexikon der Mythologie nachschlagen, um sie zu verstehen. Eingangs hatte ich die Ansicht C. G. JUNG's zitiert, dass sich die Wirkung der Archetypen im ganz persönlichen Leben zeigt. Wir gehen deshalb auch davon aus, dass die archetypischen kompensierenden Konstellationen gerade an den Alltagsproblemen ansetzen und dort jederzeit nachweisbar sind. Hierfür das folgende Beispiel: Eine junge Frau, seit einigen Jahren verheiratet, ein Kind, berichtet von der Schwierigkeit, die mit ihrem wieder aufgenommenen Studium der Sozialarbeit verbunden ist: in Seminaren und Übungen muss sie sich mit den Schattenseiten unserer Gesellschaft beschäftigen. Probleme aus Randgruppen werden diskutiert, sie wohnt

Gerichtsverhandlungen bei, belastende Einzelschicksale werden ihr vorgestellt, und sie muss darüber referieren, maßgebliche Theorien auf das Verständnis der Verläufe anwenden usw. Anlässlich eines so miterlebten Mordprozesses, der sie sehr belastete, kam eine mit ihrem Studium zusammenhängende schwelende Ehekrise zum Ausbruch. Der Ehemann leidet seit längerer Zeit darunter, dass seine Frau so häufig und ausführlich von ihren mit dem Studium verbundenen Schwierigkeiten erzählt. Seiner Darstellung zufolge geschieht das fast jeden Abend und zudem stundenlang. Sie versucht das abzuschwächen, räumt allerdings ein, dass ihr Maßstab unter Umständen ein anderer sei. Sie stehe unter einem so starken Druck, dass sie es vielleicht gar nicht mehr merke, wenn sie ihren Mann mit ihrem Bericht überfordere. Er mag ihr aber nicht sagen, dass es ihm zu viel wird, sondern schaltet nach einer gewissen Zeit einfach ab. Das spürt sie und wirft ihm mangelndes Interesse für ihre Schwierigkeiten vor. Im Hintergrund ist natürlich die Erwartung lebendig, dass ihr Partner all diese Dinge mit ihr teilen müsse. Bei einer früheren Gelegenheit hatte sie einmal angedeutet, dass sie sich eben einen anderen Zuhörer suchen müsse, wenn es ihm zu viel würde und er ihr auf diese Weise nicht mehr helfen könne. Das entspricht auch einem allgemeineren Bedürfnis dieser Frau. Sie möchte gerne etwas freier sein und sich nicht so gezwungen fühlen, sofort nach den Lehrveranstaltungen nach Hause zu eilen, weil sie weiß, wie sehr ihr Mann auch auf sie wartet. Die eben genannte Andeutung hatte den Ehemann sehr beängstigt und verunsichert, er möchte seine Frau um keinen Preis verlieren. So mochte er sein «mir reicht's jetzt» nicht mehr mitteilen. Er signalisiert es nur noch indirekt. Gelegentlich sagt er allerdings, sie hätte doch die Uni und ihre Kollegen, warum sie sich nicht Luft mache. Dann kontert sie sofort mir der von ihm ausgesprochenen Angst, dass er sie nicht verlieren möchte und traurig reagiere, wenn sie später nach Hause käme.

{746} Ich breche die kasuistische Darstellung hier ab und gehe auch nicht auf die vielen Einzelheiten ein, die die Partnerkonflikte dieses Paares zeigen. In psychologischer Sprache ausgedrückt stellt sich die Situation folgendermaßen dar: Das Ich dieser Frau ist offensichtlich noch zu schwach, um die belastenden Informationen allein zu bearbeiten. Was sie tagsüber aufgenommen hat, muss sie abends wieder von sich geben. Sie kann es einfach nicht bei sich behalten. Sie sagt selbst, dass es dann nur so aus ihr herausprudle. Fast automatisch entledigt sie sich dieses belastenden Stoffes. Für sie gilt also die Regel: Entlastung durch Entleerung und Kontakt beziehungsweise Belastung eines anderen. Sie lebt damit eine solche typische Situation, die ihr das innere Gleichgewicht garantiert. «Wenn ich allein nicht mehr weiterkomme, suche ich mir einen Kameraden», so könnte man die allgemein menschliche Situation kennzeichnen. Dieses Verhalten ist sicher ein archetypisches Verhalten und überall nachweisbar. Welcher Archetypus letztlich dahintersteht und viele solcher Verhaltensweisen bedingt, sei hier dahingestellt. Verbindung, Suche nach Gemeinsamem, Ergänzung des einen mit dem anderen hat C. G. JUNG im Archetypus der Coniunctio zusammengefasst. Erklärend kann ich hier nur kurz hinzufügen, dass eine solche archetypische Struktur durch viele Schichten des Verhaltens hindurchgeht, in Alltagssituationen genauso wirksam wird wie in der Vereinigung des Mystikers mit Gott. Diese Sichtweise ist miteinzubeziehen, wenn man in archetypischen Prozessen zu denken und zu verstehen versucht. Ist die, für das Gleichgewicht dieser Frau notwendige und richtige Möglichkeit, Partnerschaft zu suchen, verbaut, sucht sie mit Sicherheit eine neue und andere. Die durch die zurückgehaltenen belastenden Informationen bedingte Drucksituation motiviert dieses Suchverhalten. Sie pendelt sich, abgesehen von den damit verbundenen partnerschaftlichen Problemen, in einer neuen Kontaktlage ein. Die Begrenzung des Ich-Komplexes wird auf diese Weise vom Unbewussten kompensiert. Indem die Frau dabei aber das Haus verlassen möchte - dieser Wunsch ist stärker als sie ihrem Ehemann gegenüber zugeben vermag -, deutet sich eine weitere Kompensation an.

{747} Wenn Kinder den engen Rahmen ihres Zimmers oder der elterlichen Wohnung verlassen, werden sie selbständiger. Die ersten Schritte in den Garten des Hauses werden von Eltern auch so verstanden. Dass diese Frau dringend mehr Selbständigkeit braucht, ist offensichtlich. Ihr Entwicklungsprozess weist eindeutig in diese Richtung. Offen bleibt noch, ob sie sich durch die Angst des Ehemannes davon abhalten lassen wird, diese Schritte jetzt zu tun. Es gibt Anzeichen für beides: ihr Vorwurf «du lässt mich ja nicht» enthält auch den Seufzer der Erleichterung: «Also brauche ich auch noch nicht und kann in meinem vertrauten Rahmen bleiben und meine ebenso vertrauten - und kindlichen - Ansprüche weiterhin stellen.» Das wäre «draußen» nicht so ohne weiteres möglich. Für die junge Frau ist es bequemer so. In jeder neurotischen Entwicklungsstörung lässt sich dieses Zögern vor der Auseinandersetzung mit dem Leben nachweisen. «Nur das, was den Patienten über sich und seine Ich-Befangenheit hinausführt, bringt Heilung.» (12) Unbewusst und «instinktiv» sucht diese Frau einen erweiterten Lebensspielraum. Das würde auch die Überwindung der kindlichen Form ihrer Ehe ermöglichen. Doch hier verbinden sich ihre Schwierigkeiten mit denen ihres Mannes. Wird er es ertragen können, mit einer selbständigeren und erwachseneren Frau verheiratet zu sein? Eine noch sehr kindliche Frau gab ihm aufgrund ihrer Abhängigkeit die notwendige Sicherheit, dass er nicht wieder, wie früher, verlassen werden wird. So wird sich im Laufe dieser Paarbehandlung sehr rasch die nächste Frage stellen, die mit der Gegensatzstruktur des Selbst zusammenhängt: soll ich meinen Partner verletzen und ihm Schmerz und Angst bereiten oder nicht? Tut sie es nicht, bleibt sie in der kindlichen Form, tut sie es, wird sie in gewissem Sinne schuldig. Bin ich nicht dann ein Egoist, wenn ich nur dem folge, was meine Seele als nächsten Schritt vorbereitet? Die archetypische Struktur des gegensätzlichen Selbst konstellierte sich und zieht das Bewusstsein und das Ich in seinen Bann. Oft können unsere Patienten Tag und Nacht an nichts anderes denken. Der Ich-Komplex ist von der archetypischen Gegensatzproblematik besetzt. Sie befinden sich im Wirkfeld dieses Archetypus. Das Ich und das Bewusstsein sind die abhängigen Variablen. Hier lohnt es sich auch nicht, immer wieder nach äußeren Anlässen zu suchen. Damit stellt sich nur das Schuld- und Sündenbock-Problem auf einer falschen Ebene. Der Blick nach innen bereitet die Lösung vor. Dieses alltägliche Beispiel soll demonstrieren, wie sich archetypische Entwicklungen im

persönlichen Leben vollziehen und abzeichnen. Zu wissen, dass es sich um solche Prozesse handelt, die wir nicht machen, sondern die uns geschehen, entlastet uns von einer sonst kaum tragbaren moralischen Verantwortung. Träume können dabei anzeigen, wie der Weg weitergehen muss.

Baum und Weg

{748} Absichtlich habe ich bei der Auswahl der Zitate auf zwei Archetypen zurückgegriffen, die vielleicht ungewöhnlich erscheinen mögen, doch in Behandlungen der analytischen Psychologie häufig auftreten. Es ist eine vielfach belegte Auffassung der analytischen Psychologie, dass Traumbilder die weiteren Wege anzeigen können. Wenn in der Behandlung eine Stagnation eintritt, stellt sich die Frage, was das Unbewusste über die Träume hierzu sagt. Ein solches Traumbild kann zum Beispiel ein Baum sein, wie im folgenden Traum: «Ich stand vor einem Haus, von dort hatte ich einen Blick auf einen kleinen Hügel, der voller schöner Bäume war. Das Licht schien auf sie, und ich dachte, wie schön sie sind. Links davon, allein stehend, ein Baum, der kräftig gewachsen war, aber die Krone verästelte sich nicht. Die starken Äste waren gekappt und entweder mit starkem schwarzem Stein verkapselt oder mit Leder. Es war ein seltsames Bild. Ich hatte das Gefühl, diesen Baum malen zu wollen, wusste aber, dass es schwierig sein würde, das Glänzen und die Lichtbrechung in diesen dunklen, fast schwarzen Kappen zu malen.»

{749} So weit der Traumtext. Die Träumerin war von diesem Bild sehr beeindruckt. Ihre augenblickliche Lebenssituation wird von einer Partnerschaftskrise völlig überschattet. Sie steht vor der Frage, ob sie eine sehr tief gehende Liebesbeziehung jetzt beenden muss, weil sie die damit verbundenen Schmerzen nicht länger erträgt, oder ob es im Sinne ihres Lebens ist, die belastenden Konflikte und damit verbundenen großen psychischen Anstrengungen weiterhin auszuhalten. Die Antwort auf diese Frage kann nur aus der Psyche der Träumerin selbst kommen, sicherlich nicht von ihrem Bewusstsein und schon gar nicht vom Therapeuten. Hier zeigt sich aufs neue, wie begrenzt die Reichweite der Ratio ist. Auch die heute vorliegenden wissenschaftlichen Ergebnisse und Modelle im Bereich der Psychologie führen nicht weiter. Es ist einfach nicht wissbar, was hier zu tun ist. Und doch, paradoxerweise «weiß es» das Unbewusste. Das Bewusstsein ist auf die, von seinem Standpunkt aus gesehen, irrationalen Impulse, Bilder und Vorschläge des Unbewussten und des Selbst angewiesen. Wo sollte die Träumerin eine Lösung für ihre höchst individuelle und zugleich typische Lebenssituation suchen? Auf wissenschaftliche Ergebnisse kann man bestenfalls für einzelne kleine Teilstücke dieser Frage zurückgreifen. Das bedeutet keine Entwertung der Wissenschaft, das möchte ich ausdrücklich feststellen. «Wer aber die Verdienste abendländischer Wissenschaft verkleinern wollte, würde den Ast absägen, auf dem der europäische Geist sitzt. Wissenschaft ist zwar kein vollkommenes, doch aber ein unschätzbbares, überlegenes Instrument, das nur dann Übles wird, wenn es Selbstzweck behauptet. Wissenschaft muss dienen. ... Wissenschaft ist das Werkzeug des westlichen Geistes, und man kann mit ihr mehr Türen öffnen als mit bloßen Händen. Sie gehört zu unserem Verstehen und verdunkelt die Einsicht nur dann, wenn sie das durch sie vermittelte Begreifen für das Begreifen überhaupt hält.» (13) Dass wir überhaupt Modelle wie Archetypus und Selbst zur Verfügung haben, ist ein Ergebnis wissenschaftlicher Überlegung und Forschung. Aber nur, wer die lösende und führende Funktion solcher archetypischen Prozesse und Bilder erlebt hat, weiß um ihren wirklichen Wert für persönliche Lebenskrisen. JUNG betont in diesem Zusammenhang immer wieder, «dass ein bloß intellektuelles Verstehen hier nicht ausreicht. Wir gewinnen damit nämlich nur gewisse Wortbegriffe, vermissen aber deren eigentlichen Gehalt, welcher in einer lebendigen und eindrucklichen Erfahrung des Prozesses an uns selber besteht. Man tut gut daran, sich in dieser Hinsicht keinen Illusionen hinzugeben: man kann mit keinem Verstehen von Wörtern und keinem Anempfinden wirkliche Erfahrung ersetzen. Die Alchemie hat ihre eigentliche Lebenssubstanz in dem Moment verloren, als die einen der Alchemisten vom <Laboratorium> ins <Oratorium>, und die anderen von diesem in jenes übersiedelten, die einen, um sich in einen zunehmend wahreren Mystizismus zu verirren, die anderen, um die Chemie zu entdecken. Wir bedauern die ersteren und bewundern die letzteren, und niemand fragt nach dem Schicksal der Seele welche bei dieser Gelegenheit auf Jahrhunderte hinaus in die Versenkung verschwunden ist.» (14)

{750} Mit diesen Sätzen schließt JUNG seine Studie über den philosophischen Baum ab. Glücklicherweise verbirgt sich die Seele nicht vor dem einzelnen, mag sie auch aus der so genannten wissenschaftlichen Psychologie ausgewandert sein.

{751} Zunächst wusste die Träumerin mit dem Traumbild nicht viel anzufangen. Als sie jedoch darüber nachzudenken begann, was Bäume für sie bedeuten, kamen ihr viele positive Einfälle. Der Traum verkörpert für sie das Leben überhaupt, besonders das Leben, das aus der Erde kommt. Für sie kommt alles Leben aus der Erde. Zu ihrem großen Erstaunen fiel ihr in diesem Zusammenhang der biblische Schöpfungsbericht ein, aus Erde sind wir gemacht. Sie war deshalb so erstaunt, weil sie bewusst weder religiös noch christlich eingestellt ist. Erst über diese und ähnliche Traumcrfahrungen begegneten ihr wieder Erlebnisse und Bilder, die sie sehr beeindruckten und mit ihrem bewussten Standpunkt nichts zu tun haben. Sie lehnt es aber auch nicht ab, sich dieser neuen und ganz anderen Seite zu öffnen.

{752} Der Baum ist für sie auch ein Bild der Kraft und eines kraftvollen Lebens. Ein Baum versucht mit aller Kraft, oft ohne Schutz, sein Leben zu leben und zu wachsen. Der Baum ist andererseits Schutz und Geborgenheit, auch Schutz vor zu viel Licht. Ohne es zu wissen, knüpft sie hier an das archetypische Bild des Baumes an, der mich mütterliche Züge hat. Dieser Hinweis ist wichtig, weil in ihrer Analyse bislang noch nie über Bäume oder Pflanzen gesprochen wurde. (C. G. JUNG hat «das weibliche Numen des Baumes» in der mehrfach zitierten Studie genau beschrieben.) Zu dem etwas merkwürdigen Ende des Traumes bemerkt sie, dass sie die dunklen Stellen, die Steine oder Lederkapseln gern durchbrechen möchte. Der Baum solle wieder wachsen und eine Krone bekommen. Sie habe aber auch große

Angst, vor allem davor, dass die herauskommenden kleinen schwachen Triebe beim Durchbrechen der Kapseln kaputtgehen könnten. Hierzu bemerkte der The-rapeut, dass offenbar die aktive Mitarbeit der Träumerin nötig sei. Sie habe aber auch Angst vor dem Schmerz, wenn sie daran denke, dass das Entfernen der Kapseln und das Durchbrechen beim weiteren Wachstum wehtut.

{753} Diese Zusammenfassung der Bemerkungen der Träumerin bieten zugleich viel Verständnismöglichkeiten für das Traumbild. Was aber wichtiger war, sie begann zu ahnen, dass dieses Bild in ihrer augenblicklichen schweren Krise auf Lebenskräfte hinweist, die ihr verloren gegangen zu sein schienen. Sie sprach von ihrer Befürchtung, wieder depressiv zu werden, bemerkte aber zugleich, dass es jetzt doch ganz anders sei als in früheren Krisen und in den damit automatisch verbundenen depressiven Zuständen. Wie in einer Gesamtschau stellt ihr das Unbewusste eine Fülle von Lebensmöglichkeiten und Lebensbäumen vor. Die Kennzeichnung als «Lebensbaum» ist aufgrund der assoziativen Verbindungen mit dem biblischen Schöpfungsbericht nahe liegend. So weit scheint vieles in guter Ordnung, viele Teilprozesse ihrer Ganzwerdung und der Synthese des Selbst scheinen ihre Form und ihren natürlichen Verlauf gefunden zu haben. Doch bei diesem Traum fällt auf, dass das Unbewusste Bilder aus dem vegetativen Leben der Pflanzen wählt, um die aktuelle Situation und Krise zu kommentieren und zu kompensieren. Darin liegt schon eine erste Antwort auf ihre Frage: soll sie handeln oder nicht? Die Alternative, die der Traum enthält, lautet: erst noch wachsen und Wachstumshindernisse beseitigen, Lebensprozesse zulassen, so wie der Baum sich selbst lebt. Das Traumsymbol konzentriert sich auf einen etwas links, also dem Unbewussten noch nahe stehenden Lebensprozess. Er entzieht sich dem Bewusstsein und der Kenntnis der Träumerin, sie hat die Verkapselungen offenbar bisher noch nicht wahrnehmen können. Die Träumerin muss sich also, ob sie will oder nicht, mit dem noch behinderten, wenn auch sehr kraftvollen Leben befassen. Schmerzen sind immer dann besonders intensiv, wenn auch die Wachstumskräfte und die Hemmungen groß sind. Das scheint nach dem Bild des Traumes bei der Träumerin in diesem Zusammenhang der Fall zu sein. Es entspricht auch insofern den aktuellen Tatbeständen ihres Lebens, als es sich um eine sehr temperamentvolle und aktive Frau handelt. Sie lebte bisher ein ausschließlich extravertiertes Leben und findet jetzt langsam Zugang zum inneren Lebensprozess über die sich differenzierende Introversion. Auch dafür sind Pflanzen und Bäume geeignete Bilder.

{754} Der Baum kann keine Krone entfalten, wenn es nicht gelingt, die Kapseln zu beseitigen. Altersmäßig befindet sich die Träumerin in der ersten Phase der zweiten Lebenshälfte. Dieser Lebensabschnitt, ebenfalls wohl eine archetypische Struktur, ist letztlich durch die Vorbereitung auf den Tod gekennzeichnet. Steht die erste Lebenshälfte noch unter dem Zeichen der Vorbereitung auf das Leben und des Hineinwachsens in seine verschiedenen Aufgaben, so die zweite unter dem Abendstern der Abrundung eines Lebens. Wahrscheinlich ist es schwierig zu sterben, wenn sich die Krone, die im Keim des Baumes angelegt ist, nicht entfalten konnte. Noch wissen wir nicht, um welche konkreten Ausformungen es sich bei der Träumerin in ihrem jetzigen Lebensabschnitt handelt. Da der Traum aber im Zusammenhang mit einer langwierigen Partnerschaftskrise steht, liegt die Vermutung nahe, dass es sich um die große Frage von Ich und Du, von Gemeinsamkeit und Autonomie, von Verbundenheit und eigener Mitte handelt. Der Baum ist ein Bild des in sich selbst ruhenden, aus sich selbst wachsenden Lebens, er ist in der Regel nicht auf andere Bäume angewiesen. Fragen dieser Art waren über längere Zeit Gegenstand der Analyse gewesen, sie konstellierte sich im Zusammenhang mit der für sie so bedeutsamen Beziehung. Die Kompensationsbewegungen vom Unbewussten werden auf seiten des Bewusstseins nicht immer begrüßt, bedeuten sie doch Veränderungen der bisher gelebten Form, oft meinen sie grundsätzliche Wandlungen. Letzteres scheint hier konstellig zu sein, da die Bäume einen so zentralen Platz einnehmen und am Baum die aktuelle Individuationsthematik erscheint. Bilder sind sehr vielschichtig und bedürfen sorgsamer Aufschlüsselung. Das neue Leben kann sehr schmerzhaft sein, es bedarf des Schutzes und der Pflege. Als Therapeut ist man oft erstaunt, wie sorglos und achtlos die Menschen mit sich umgehen. Wer sorgt schon wirklich gut für sich und befragt seine Seele als Kompass, was «gut sorgen» jetzt und heute heißt?

{755} Für den weiteren Prozess ist die Träumerin auf ihre introvertierte, der eigenen Seele zugewandte Wahrnehmung angewiesen. Nur so kann sie die Triebe wieder spüren, die hervordringen. Und wenn sie diese wieder spürt, wird sie auch wissen, was Stein und Leder für sie sind. Allgemein lässt sich das nicht sagen. Ich möchte hier nur andeuten, dass der Stein als lapis philosophorum, als Stein der Weisen in der Symbolgeschichte eine wichtige Rolle spielt. Aufgrund des Traumbildes vermute ich, dass er sich im Leben der Träumerin noch an der falschen Stelle befindet. Die Träumerin scheint der Meinung zu sein, dort schon einen Abschluss erreicht und den Stein der Weisen gefunden zu haben, wo noch weiteres Wachstum erfolgen sollte. Es handelt sich nur um eine scheinbare Ganzheit, die noch einmal aufgebrochen werden muss. Sollte sich diese Frage allein auf die Partnerschaftsproblematik beziehen, handelte es sich um die Synthese von allein und gemeinsam, von autonom und liebender Abhängigkeit, die sie finden muss, auch wenn eine solche Synthese logisch nicht möglich ist. Für die Seele gibt es eben diese Entweder-oder-Antworten nicht, ihre Bilder sind oft vereinigende Symbole, die genau zeigen, wo die innere Ordnung noch nicht gefunden ist.

{756} Der Traum einer anderen Träumerin soll eine weitere Perspektive des Baumsymbols verdeutlichen. Wäre es möglich, alle überhaupt vorkommenden Baumträume zu sichten, so hätten wir einen erschöpfenden empirischen Zugang zu wenigstens einer Dimension des Individuationsprozesses. Durch alle individuellen Bilder hindurch würde die allgemeine Struktur des Prozesses sichtbar. Und doch handelt es sich hier nur um eine Lebensäußerung der Psyche, deren Ausdehnung und Möglichkeiten wir nur ansatzweise kennen. Der Traumtext lautet folgendermaßen: «Ich schlenderte gemächlich hinter X her, der zur Bank ging, um für uns etwas zu erledigen. Der Abstand zwischen uns wurde größer, weil ich mir Zeit nahm. Auf dem Weg zur Bank kam ich an einem Waldrand entlang. Rechts sah ich eine

Waldschneise in den Wald hineinführen und freute mich besonders über die Sonnenstrahlen, die durch die Baumwipfel fielen und eine wunderbare Lichtbrechung erzeugten, wie man sie im Wald manchmal sehen kann. Plötzlich sah ich, wie sich ein mächtiger hoher Baum, wie vorn übergeneigt, bewegte. Ich dachte erst, er fällt um, sah dann aber, dass er den Waldweg überquerte, also ging, und auf der anderen Seite wieder im Wald verschwand. Er ging von der linken Seite hinüber zur rechten.» Nach dem Traum hatte die Träumerin das Gefühl, dass sie das nur sehen konnte, weil sie sich Zeit genommen und diese so scheinbar nutzlos vertrödelte hatte. Weiter bemerkte sie dazu: «Der Baum sah so ernsthaft aus, er hatte etwas Bestimmtes und Ernsthaftes, aber auch Freundliches.» Bäume sind für sie etwas Starkes, in irgendeinem Sinne auch streng, nicht im erzieherischen Sinne, mehr im Sinne von stark, wie strong und strength. «Bäume haben etwas Bestimmtes, wie ein unerbittliches Lebensgesetz. Der Baum ist auch eher etwas Männliches oder eine ganz starke Mutter.» Das Paradoxe an dem Traum ist, dass der Baum als etwas Verwurzeltes und Standhaftes gilt, was er im Traum auch hatte, und trotzdem über den Weg ging. Für die Träumerin haben Bäume auch Gesichter. Sie sehen freundlich oder missbilligend drein, je nachdem. Bäume im Sturm haben etwas Drohendes, als wenn sie dabei ihre Stärke und ihre Kraft zeigten. Das macht keine Angst, gibt aber ein Gefühl von Gehorsam, «dass ich gehorsam sein muss dem Baum gegenüber». Das findet sie richtig und gut, das muss so sein. Man muss vor einem Baum Respekt haben, auch vor den Kräften, die ihn bewegen und umgeben. Hier sei noch bemerkt, dass Wind und Sturm die Träumerin besonders faszinieren und sie dann sehr gern in der Natur ist.

{757} Die äußere Lebenssituation der Träumerin war zum Zeitpunkt des Traumes insofern kritisch, als die Träumerin fühlte, dass sie die bisher gemeinsame eheliche Wohnung verlassen musste. Diese Forderung, jetzt das Haus der Ehe zu verlassen, hatte etwas Unerbittliches an sich, war aber auch mit Angst und Widerstand verbunden. Ihr wurde klar, dass es, so ihre Worte, «hier nicht mehr nach meinem eigenen Verstand ging, sondern ein höherer Verstand am Werke war». Das kam ja auch schon in den spontanen Assoziationen zum Baumsymbol zum Ausdruck. Seit Jahren wusste die Träumerin, dass sie ihre bestehende Ehe nicht «bis zum Tode» fortsetzen würde. Ihr Bleiben machte sie jedoch vom Alter und der Selbstständigkeit der Kinder abhängig. Früher jedoch als sie wollte und plante, begegnete sie einem anderen Mann. Diese Begegnung beeinflusste ihren weiteren Weg entscheidend. Auch die Rolle dieses Mannes in ihrem Leben kommentiert das Unbewusste in ihrem Traum, allerdings mehr am Rande. Er geht zur Bank, dem Ort des Leidens, der Möglichkeiten, der Libido und der Lebensenergie. Diese Zusammenhänge sollen hier nur insofern erwähnt werden, als der Traum auf der Vergrößerung des Abstandes zwischen den beiden besteht. Wir gehen in der analytischen Psychologie davon aus, dass jede Einzelheit in einem Traum Beachtung verdient. Der Traum ist so und nicht anders. Er hätte ja auch jede andere Gestalt und jeden denkbaren Verlauf nehmen können. Aber gerade das geschah nicht. Verstehen wir diese Einzelheiten nicht, so liegt das weniger an der Unverständlichkeit des Traums, sondern an den fehlenden Verstehenskategorien des deutenden Bewusstseins. Jeder weil] aus Erfahrung, dass eine zu enge Beziehung zweier Menschen für den Bestand und die Qualität dieser Beziehung gefährlich sein kann. Das gilt besonders in der zweiten Lebenshälfte. In der ersten Lebenshälfte mag eine solche Anlehnung an das Leben und die Lebenskraft eines anderen Menschen noch einen sinnvollen Schutz und eine notwendige Kompensation eigener Schwäche darstellen. In der zweiten Lebenshälfte sollte sich eine solche Haltung nicht fortsetzen. Andernfalls kommt es nur zu einer Wiederholung des Gewesenen, zu einer regressiven Wiederherstellung der Persona und des alten Zustandes, der ja gerade zu zerbrechen drohte und vielleicht auch überwunden werden sollte. Bezogen auf den im vorigen Abschnitt geschilderten Baumtraum würde das heißen, dass die Kapseln nicht entfernt, sondern durch neue und haltbarere ersetzt würden. Das Ich der Träumerin hätte die Botschaft des Traumes dann gerade nicht erfasst, geschweige denn in die Tat umgesetzt. Häufig geht es deshalb um Abstand, nicht nur um Nähe. Es ist also sehr sinnvoll, dass die Träumerin den Abstand vergrößert. Jeder Partner hat seinen Rhythmus, die Rhythmen sind nicht immer synchron. Das mag unbequem sein, gehört aber zu einer lebendigen Beziehung. Während der eine um seine Kraft zum Durchstehen einer schwierigen Situation kämpft, muss sich der andere beschaulich den Bildern seiner Seele öffnen. Diese Aufforderung enthält das Traumbild ganz eindeutig. Nun ist es der Träumerin ohnehin bewusst, dass sie viel Zeit zum Nachdenken braucht, in solchen Notsituationen ganz besonders. Schon vor Beginn ihrer Analyse hat sie sich über sich selbst und auch über ihre Träume viel Gedanken gemacht. Ihr Ich, das sich dieses Nachdenken erlaubt, wird aber von ihrem, effektiven Leistungsidealen verpflichteten Über-Ich heftig kritisiert. So ist sie immer wieder in Gefahr, sich diese Beschaulichkeit zu verbieten, um einer schwer zu definierenden Effektivität willen. Aber gerade diese offene Haltung dem Unbewussten gegenüber wird vom Selbst unterstützt. Im Traum war es ihr ganz klar, dass sie ohne diese Einstellung das merkwürdige und sehr beeindruckende Erlebnis nicht gehabt hätte. Viele Leser dieses Kapitels werden über entsprechende eigene Erfahrungen verfügen: nur wenn man sich auch einmal «gehen lassen» und Gedanken, Gefühlen und Körperreaktionen ihren Lauf lassen kann, findet man wieder zu jenen Seiten in sich, die von Lärm und Stress so leicht zugedeckt werden. Manche Leute haben sogar das Gefühl, diese Quellen seien völlig verschüttet. Sie erleben eine entsprechende Öde und Dürre.

{758} Der Wald ist eines der großen Symbole des Unbewussten. (15) Wege und Schneisen deuten an, dass sich neue Perspektiven öffnen und auch buchstäblich neue Wege gangbar werden. Wer Trennungsprozesse selbst erlebt oder bei anderen miterlebt hat, kennt die schier unübersehbare Fülle von Möglichkeiten, zwischen denen die Entscheidung so schwer wird. Wann soll ich ausziehen, wann schadet es den Kindern am wenigsten, wann kann ich es dem anderen Partner noch am ehesten zumuten? Diese Fragen sind quälend, belastend und zermürbend. Und doch gehören sie in den Wachstumsprozess des Lebensbaumes hinein. An dieser Stelle sei darauf hingewiesen, dass C. G. JUNG in seiner Abhandlung über den philosophischen Baum dem «Motiv der Qual» ein besonderes Kapitel gewidmet hat. Das mag

zunächst erstaunen, aber schließlich steht der Baum symbolisch mit dem Kreuz Christi in Verbindung, dem Ort der Qual. Nach alter Legende soll das Kreuzesholz auch vom Paradiesesbaum stammen. (16)

{759} Weil die Träumerin jene beschauliche Offenheit aufbringt - eine andere Beschreibung der Wahrnehmung -, sieht sie ein unerwartetes Ereignis: ein Baum verändert seinen Standort. Er fällt nicht um, wie sie zunächst vermutete, sondern überquert den Weg. Der Traum greift hier auf die Symbolik der Grenz-, Weg- und Flussüberschreitung zurück. Die Bilder des anderen Ufers und der anderen Seite sind unmittelbar einleuchtend. Missverständnisse sind dabei kaum möglich. Wir verfügen nicht nur über ein gemeinsames Zeichensystem der Sprache, sondern vermögen auch Bilder auf sehr ähnliche Weise zu entschlüsseln. Sie vermitteln deutbare Signale. Bilder überschreiten auch Sprachgrenzen und ermöglichen eine Verständigung, wenn gemeinsame Worte nicht mehr zur Verfügung stehen. Sie erfüllen selbst dort einen positiven Sinn, wo Worte zur Darstellung des Erlebten und Gemeinten nicht ausreichen.

{760} Für die Träumerin scheint der Zeitpunkt gekommen zu sein, den Weg zu überschreiten und sich auf die andere Seite zu stellen. Ob es dabei eine Bedeutung hat, dass hierdurch eine Kreuzesbewegung entsteht, der Baum kreuzt den Waldweg, möchte ich offen lassen. Ihr Lebensprozess verankert sich an einer anderen Stelle, sie sucht und findet jetzt einen neuen Standpunkt. So etwa sieht das archetypische Bild einer grundsätzlich neuen Position aus. Was bisher unmöglich schien, ein «opus contra naturam», eine Bewegung gegen die natürlichen Gesetze, wird wahr. Zu dieser Feststellung ließen sich viele Einzelheiten aus dem Leben der Träumerin beitragen. Sie befand sich persönlich, beruflich und auch im Hinblick auf andere Lebensumstände in einer Situation, aus der es scheinbar keinen Ausweg gab. Dies zumindest nach Ermessen des Bewusstseins und des Ich. Aber plötzlich verändert der Lebensbaum seinen Standort.

{761} Von Bedeutung sind auch die Assoziationen der Träumerin. Sie verlangt von sich eine besondere Form des Gehorsams, die genau dem entspricht, was wir über die Beziehung zwischen dem Ich und dem Selbst wissen. In solch unüberschaubaren und auch unwahrscheinlichen Situationen kann es sich nur um Gehorsamsakte gegenüber dem Lebensgesetz, das hier im Baum verbildlicht wird, handeln. Welche Orientierungspunkte stünden dem Ich sonst zur Verfügung? Das Ich ist in seiner Urteilsbildung auf die Kombination von Wahrscheinlichkeiten angewiesen. Dem Unwahrscheinlichen gegenüber ist es hilflos. Die Unerbittlichkeit solcher Gesetze des persönlichen Lebens - wiederum ein Paradoxon - bedeutet meist viel Schmerz und Leid für den Betroffenen. Wie gern würde mancher das «Rad seines Lebens zurückdrehen», doch bewegt es sich unerbittlich weiter, häufig nach unbekanntem Gesetz. Das Erlebnis von großer Härte, trotz vielleicht neuen persönlichen Glücks, ist damit notwendig verbunden. Der Träumerin sind diese Zusammenhänge intuitiv klar, doch auch sie müssten erlebt und durchgestanden werden. Das Darum-Wissen allein genügt nicht. Nicht selten bedeutet eine solche Standortveränderung einfach eine Durchkreuzung der Perspektive, die dem Bewusstsein möglich und auch einsichtig war. Man hat sich ja alles so schön vorgestellt ... Der Traum weist zumindest in die Richtung einer solchen «Kreuzigung».

{762} Noch eine letzte Bemerkung zu diesem Traumgeschehen: das Leben mit der Seele erfordert viel Zeit. Man braucht Zeit zum Nach-denken, Nach-fühlen und Nach-schauen. Der Blick geht hinüber zu jenen Prozessen, die wir nicht mehr machen, die uns geschehen und uns «machen». Sie sind dann die eigentlichen Faktoren in des lateinischen Wortes ursprünglicher Bedeutung. Diese beiden Traumbeispiele mögen genügen, um die Fülle des Möglichen wenigstens anzudeuten. Hoffentlich konnte ich etwas von dem Selbst-Vertrauen vermitteln, das sich auf jene Prozesse der Seele gründet, die bisher das Leben erhalten haben und sein Vorwärtsschreiten ermöglichten. Sie sind die tragenden Grundlagen. Obwohl es der Überschrift nach so scheinen mag, Baum und Weg gehören natürlich nicht mit Notwendigkeit zusammen. Aber im Symbol des Baumes ist der Lebensweg immer mitgehalten.

Der Dialog mit der Seele

{763} Die mit dem Archetypus gesetzte Autonomie und Unabhängigkeit psychischer Kräfte vom Ich kann von vielen Seiten her sowohl theoretisch wie praktisch erörtert werden. Die theoretischen Aspekte sind bei den hier dargestellten Überlegungen immer mitgedacht, sollten aber eher im Hintergrund bleiben; dem Kenner der analytischen Psychologie sind sie sicher deutlich. Am Beispiel des Baumes mag es nicht unmittelbar einsichtig sein, dass die autonomen Inhalte der Seele auch sprechen können. Dass Träume «sprechen», wissen wir. Wir fragen zum Beispiel auch den Träumer, was ihm der Traum «sage». Wir mögen nicht weiter darüber reflektieren, aber unbewusst und unabsichtlich unterstellen wir dem Traum ein «Sagen». Er «vermittelt eine Botschaft». Hierbei handelt es sich um Aktivitäten, die wir normalerweise nur dem Bewusstsein zuschreiben. Im Laufe unserer Überlegungen dürfte aber hinreichend klar geworden sein, dass wir ohne diese Erkenntnis gar nicht auskommen. Sie folgt schon logisch aus den eigenen Aktivitäten des Organismus. Wir verwenden auch den Ausdruck «Organsprache» oder «Leibsprache». Wahrscheinlich haben wir nur Sorge bekommen, dass wir angesichts unserer strengen wissenschaftlichen Maßstäbe alter magischer Vorstellungen bezichtigt werden, wenn wir die Konsequenzen aus solchen Sprachfiguren ziehen. Einem kritischen Urteil erscheint es allerdings phantastisch und unwahrscheinlich, dass Tiere oder Bäume reden. Nur Menschen können sprechen. Und doch liegt eine große Gefahr darin, wenn wir die Sprache der Dinge, der Natur nicht mehr hören. Wäre die Gefahr, einer Umwelt- beziehungsweise Weltkatastrophe entgegenzugehen, nicht geringer, wenn wir zu hören verstanden hätten? Wir sollten unser Denkschema erweitern und der Natur, unserem Körper und der Seele wieder die Eigenständigkeit zuerkennen, die sie ohnehin haben. «Es ist aber ... geradezu wesentlich, dass von der Wirklichkeit des Unbewussten nichts abgestrichen werde, und dass die Figuren des Unbewussten als wirkende Größen verstanden werden. Wer begriffen hat, was mit psychischer Realität gemeint ist, braucht nicht zu befürchten, damit in primitive

Dämonologie zurückzufallen. Wenn nämlich den unbewussten Figuren nicht die Dignität spontan wirkender Größen zuerkannt wird, so verfällt man einem einseitigen Bewusstseinsglauben, der schließlich zur Überspanntheit führt. Dann müssen Katastrophen geschehen, weil man trotz aller Bewusstheit die dunklen psychischen Mächte übersehen hat. Nicht wir personifizieren sie, sondern sie sind von Urbeginn persönlicher Natur. Erst wenn das gründlichst anerkannt ist, können wir daran denken, sie zu depersonalisieren.» (17) Die analytische Psychologie hat therapeutisch-technische Konsequenzen aus diesem Modell gezogen. Der Analytiker empfiehlt in bestimmten Situationen die Aufnahme eines solchen, eingangs zitierten Dialogs «cum anima sua», eines Gesprächs mit der eigenen Seele. In anderen therapeutischen Verfahren wird Entsprechendes übernommen und in der Selbsterfahrung angeregt, zum Beispiel den eigenen Körper, die Hand oder den schmerzenden Magen sprechen zu lassen. Diese Zwiegespräche bieten das Ausgangsmaterial des Verständnisses für innere Prozesse sowie Hinweise für Verhaltens- und Einstellungsänderung bis zur Wahl so grundsätzlich neuer Standpunkte, wie sie der Traum vom wandernden Baum andeutet.

{764} Können also Bäume sprechen? Man möge einmal bei Franz von Assisi nachlesen. Der Baum personifiziert den ganzen Kosmos. Ist dies magischer Aberglaube oder konstruktives und der Natur entsprechendes Welt-Bild? Das Wissen um Elektronen, Moleküle und Wellen, um Energie und Quantensprünge ist damit nicht aufgehoben. Aber wird dieses Wissen fruchtbar, wenn es nicht mehr in ein Weltbild eingefügt ist, zu dem wir uns, wie zu einem Partner, verhalten, mit dem wir sprechen können? Beim Umgang mit der eigenen Seele sollten wir nie darauf verzichten, auch nicht im Umgang mit der Natur mit ihren Bäumen, Pflanzen und Tieren. Es sind lebendige und autonome Wesen, wenn sie auch nicht mehr mit Elfen oder Waldmännlein bevölkert und beseelt sind. Die beiden besprochenen Träume könnten Ausgangspunkte solcher Dialoge mit den autonomen «Personen der Seele» werden. In beiden Fällen geschah es nicht. Die Träumerin des ersten Traumes hatte in solchen Fragen noch keine Erfahrung oder Übung, die zweite Träumerin befindet sich schon in einem Dialog mit einem Landstreicher, der ihr in einem anderen großen Traum, dem Traum vom wandernden Baumbild vergleichbar, begegnete. Die inneren Gesprächspartner können unbekannte menschliche Figuren, Tiere oder Gegenstände sein, auch ein belastender Affekt kann sich auf diese Weise personifizieren und Gehör verschaffen. Mit Hilfe dieser aktiven Imagination - ich habe sie bereits in vorhergehenden Kapiteln erwähnt - werden ohnehin «sprechbereite» Traumbilder im eigentlichen Sinne zur Sprache gebracht. (18) Wäre sie nicht so bedeutsam, sie hätte sich kaum über die Zeiten erhalten. Mancher Leser mag sie spontan für sich neu gefunden haben, wenn er versuchte, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen oder wieder ins reine zu kommen oder «mit sich zu Rate zu gehen».

Hinweise für den Therapeuten

{765} Voraussetzung eines Umgangs mit archetypischem Material ist eine genaue Kenntnis entsprechender Quellen, wie sie in der Mythologie, der Religionsphänomenologie, der Ethnologie oder der Folklore vorliegen. Wenn JUNG sagt: «Ohne Geschichte keine Psychologie» (19), so könnte dies als Grundsatz einer entsprechenden Therapie gelten. Her Mensch ist eben nicht allein aus seiner augenblicklichen Gegenwart heraus zu verstehen. Er repräsentiert immer auch die gesamte Geschichte der Menschheit. Ihre Dokumente zu kennen, ist eine wichtige Voraussetzung, um aktuelles Geschehen umfassender zu verstehen. Was ein Sachverhalt, wie zum Beispiel ein Kreuzweg, für den einzelnen wie für die Menschheit bedeutet, ist gleichzeitig zu berücksichtigen. Entsprechend sind die persönlichen Assoziationen des Träumers aufzunehmen, aber das Bild des Kreuzweges auch zu amplifizieren. Die von JUNG entwickelte Methode der Amplifikation bedeutet, dass ich alles zum Thema Kreuzweg bekannt gewordene Material, natürlich soweit es mir zugänglich ist, bereitstelle und zu verstehen versuche. Es ist doch viel wahrscheinlicher, dass der einzelne sich in ein Ganzes einordnet und dort seine Sinnbezüge findet, als dass ein Ganzes nur als Fiktion im Sinne der Darstellung einer individuellen Biographie zu verstehen ist. Die Bedeutung von Ordnung, System und Zahl ist mit großer Wahrscheinlichkeit vor dem pedantischen persönlichen Vater da, er ist nur eine Variante dieses Archetyps. Deshalb ist die Begegnung mit Geist, Ordnung und System oder Zahl zugleich die Begegnung mit einem archetypischen Feld und die Auseinandersetzung damit, wie der persönliche Vater dieses Wirkfeld verkörperte. Weil der Vater ein neurotischer Ordnungsfanatiker war, ist dieser Lebensparameter nicht wertlos. Die analytische Psychologie schließt ihn in den Vater-Archetypus ein.

{766} Die Dialektik des Allgemeinen und Besonderen, des Menschlichen und des Persönlichen gehört zu den grundlegenden Bezugspunkten zwischen Archetypus und Psychotherapie. Es wäre sogar direkt gefährlich, wollte man diese kollektiven Bilder in persönliche Lebensgeschichte auflösen, statt umgekehrt die persönliche Lebensgeschichte als eine Variante des kollektiven Typus zu verstehen. Warum? Weil wir damit der Illusion erliegen, das kollektive Kraft- und Wirkfeld sei aufgelöst, weil «durchanalysiert», statt es in seiner ungebrochenen Kraft zu erkennen und sich dazu in Beziehung zu setzen. Sofern das Mütterliche nicht in der eigenen Seele als archetypische Basis wieder gefunden wird, besteht die Gefahr, es nach Ablösung von Mutter oder Ehefrau auf den Verein oder den Staat zu projizieren. Sie werden dann zur großen schenkenden und bergenden, aber auch verschlingenden Mutter. Ist damit wirklich etwas gewonnen im Sinne eines Erkenntnisgewinnes oder einer Bewusstseinsweiterung? Sicher nicht! So stellt der Umgang mit archetypischem Material einen wesentlichen Aspekt des therapeutischen Geschehens dar. Ohne seine Berücksichtigung verlieren wir eine wesentliche Dimension der Therapie.

{767} Auch für den Patienten ist es von großer Bedeutung, ob er sich nach der Therapie wieder in die Menschheit eingeordnet und aus seiner neurotischen Isolation befreit fühlt oder nur um seine gewesene, jetzt überwundene Unreife weiß. Gerade der wiedererworbene, weil einmal verlorene Zugang zu diesen Schichten der Psyche bietet die

Möglichkeit eines vertieften Selbst-Vertrauens, das sich auf die eigene Biografie und ihre Einengung allein nicht gründen lässt. Dass die Beschäftigung mit archetypischen Prozessen die bekannten triebdynamischen Entwicklungen, das Wachstum des Ich, das Widerstands- und Übertragungsgeschehen nicht aus-, sondern einschließt, ist selbstverständlich. Stellen doch auch sie Varianten eines kollektiven Geschehens dar. Allerdings müssen wir dann einräumen, dass die bekannte Überschätzung des Therapeuten auch Projektion eines Gottesbildes und damit der erste Zugang zur religiösen Dimension des Lebens sein kann und nicht allein aus der unbestrittenen Bedeutung der Eltern in der frühen Kindheit verständlich ist.

{768} Wie eng Persönliches und Archetypisches miteinander verknüpft sein können, sei abschließend noch in einem Traumbeispiel illustriert. In besonders wichtigen Lebenssituationen beobachtet man häufig große Träume, wozu der folgende zu rechnen ist. Dennoch sei noch einmal klar festgestellt, dass archetypische Motive häufiger in kleinen, scheinbar banalen Bildern und Geschichten erscheinen, als in den großen Symbolen. Deshalb muss der Therapeut sich üben, auch im Alltäglichen das allgemein Menschliche wieder zu finden. Der Traum lautet folgendermaßen: «Peter und ich fuhren in seinem Auto in einen Wald, der licht und hell war. Er nahm mich zärtlich in die Arme, und aus unserer Umarmung bildeten sich Wolkenbahnen wie Kondensstreifen, an deren jeweiligem Ende nacheinander die Zahlen 1 bis 5 standen. Jemand sagte 1 wie Liebe, ganz und einzigartig; 2 wie Sehnsucht, da der eine, dort der andere; 3 wie Vereinigung, zwei zu einem dritten verschmolzen; 4 wie Kraft, die Verdoppelung zweier Liebender; 5 wie totale Beziehung, alles in einem.»

{769} Zum Verständnis des Traumes ist es notwendig, verschiedene Formen von Verschmelzung zu unterscheiden. Die symbiotischen Sehnsüchte des Menschen nach Auflösung und Verschmelzung sind keineswegs nur als Ursprung und Inhalt von Neurosen zu definieren. Bei diesen Bedürfnissen handelt es sich um natürliche Triebkräfte des ganz jungen Organismus, sie scheinen aber auch für höchste menschliche Erlebnisse, nämlich die Vereinigung mit der Gottheit, die Grundlage zu bieten. Die Beschäftigung mit archetypischem Material schützt den Psychotherapeuten davor, menschliches Erleben sofort in infantile und neurotische Kategorien einzuordnen. Es zwingt ihn, sich auf die allgemein menschliche Bedeutung zu besinnen und diese Fragen in jedem Einzelfall immer wieder zu überprüfen.

Für den Betroffenen

{770} In vielen persönlichen Krisensituationen wird eine allgemein menschliche Problematik und damit auch eine Verbindung mit allen Menschen sichtbar. Auch die einsamste Lebenssituation ist nicht ohne Vorbild, wir verfügen über viele Zeugnisse Betroffener zur Einsamkeit. Selbst wo ich scheinbar ganz allein hin, kann ich nicht aus der Gemeinschaft der Menschen herausfallen. Um die archetypischen Grundlagen des Lebens zu wissen heißt letztlich, immer mit Menschen verbunden zu sein. Die eigentlichen Schwierigkeiten liegen dann darin, dass ich mich in meiner einsamen und verlassen Situation nicht mehr dazu aufrufen kann, die persönlichen Berichte anderer Vereinsamter zu hören und mich zum Sinn dieses Geschehens in meinem Leben vorzutasten. Aus allem Gehörten und Gelernten konnten wir aber wissen, dass gerade im vollen Erleben der Einsamkeit «das Rettende» erscheint, was es auch sein mag. Praktisch sollte man sich deshalb in jeder belastenden Lebenssituation fragen, wie es anderen Menschen dabei ergangen ist. Weniger, um sich nachahmend anzulehnen, als um Vertrauen und Hoffnung festzuhalten. Die archetypische Grundlage des persönlichen Lebens bedeutet aber auch, dass ich letztlich auf diese Zeugnisse nicht angewiesen bin, weil sie in mir selbst jederzeit wieder entstehen können. Fragen wir uns einmal, woher wir um das Erleben des anderen wissen, wenn wir seiner Erzählung nicht zuhören konnten? Das gilt besonders für die menschlichen Erlebnisse aus früheren Zeiten, die uns in Bild, Wort, Ton oder Bewegung überliefert sind. Damit ist aber auch schon der Weg aufgezeichnet. Die psychotherapeutische Erfahrung bestätigt, was offenbar immer schon erlebt wurde: Die bewegenden und bedrängenden Inhalte der Psyche müssen festgehalten und vom Erlebenden aus sich heraus gestellt werden. Dadurch kommt ein Prozess in Fluss, der neuen, bisher unbekannt Lösungen zustrebt, den wir allerdings zulassen müssen. Besonders nachts bemerken wir allzu oft, dass «sich im Kopf alles dreht» und man trotz allen Nachdenkens zu keinem Ergebnis oder keinem klaren Gedanken kommt. Dann empfiehlt es sich, etwa mit Pinsel oder Farbstift zu versuchen, das darzustellen, was in mir nach Ausdruck sucht. Wichtig ist dabei, sich zunächst kein bestimmtes Motiv vorzunehmen, sondern das Bild sich während des Malens, so unbewusst wie möglich, entwickeln zu lassen. Unter Umständen braucht es eine ganze Serie von Bildern, um das schwer Sagbare auszusprechen. Vorurteile wie «ich konnte noch nie malen» sollten nicht daran hindern, ein Bild herzustellen. Es kommt dabei nicht auf eventuelle künstlerische Qualitäten an, sondern allein auf das langsame Ausgestalten des Erlebens. Selbst wenn das Bild sehr kindlich erscheint, so kann das, außer der Ungeübtheit, Hinweise auf vielerlei Möglichkeiten enthalten. Vielleicht bin ich noch so kindlich und deshalb der augenblicklichen Lebenssituation nicht gewachsen? Oder ich müsste umgekehrt wieder «werden wie ein Kindlein», um eine neue Vertrauensdimension wieder zu finden? Genauere Analyse der Bilder kann leicht aufweisen, dass sowohl der Vorgang des Gestaltens selbst wie auch die Inhalte archetypische Motive enthalten, bei aller individuellen Form. Ob man dann solche Bilder versteht und deuten kann oder nicht, ist ebenfalls zunächst unwichtig. Entscheidend bleibt, dass die Seele ihre Sprache findet.

{771} Bilder sind nicht der einzig mögliche Weg, die menschlichen Grundlagen wieder zu entdecken. Rhythmus, Bewegung und Tanz gehören zum Beispiel auch zu den urtümlichen menschlichen Äußerungsformen und finden früher wie heute Verwendung in rituellen und profanen Zusammenhängen. In einer völlig verspannten und blockierten Lebenssituation, in der es nicht mehr «weiter» zu gehen scheint, etwa einer tiefen Depression, kann die Suche nach dem persönlichen Rhythmus und seiner Bewegung mit Hilfe von Musik wieder einen Zugang zu Kraft und Leben eröffnen.

Scheuen Sie sich nicht, für sich allein zu tanzen, Ihre Bewegungen zu spüren und das wieder zu fühlen, was Menschen zu allen Zeiten darüber berichtet haben: Kraft, Freude, Aktivität, Lösung. Die Lösung der Motorik kann die Lösung des Problems vorbereiten. Bei dem Eingespanntsein in vielerlei fremde Rhythmen des Arbeitslebens und der Familie ist es besonders wichtig, den eigenen Rhythmus immer wieder zu spüren. Häufig wird davon berichtet, wie anders sich Tage gestalten, die allein verbracht werden, wie Tagesund Nachtrhythmen sich umstellen. Im archetypischen Geschehen des Rhythmischen finde ich zurück zu mir selbst. Sich buchstäblich um die eigene Achse zu bewegen ist eine Alternative zum ergebnislosen «Durchdrehen» während der Nacht.

{772} Weiteres wäre anzuführen: Konzentration auf ein wichtiges Bild, wie es der Meditierende übt, Spiel und Improvisation oder die Offenheit gegenüber einer Fantasie. Auch in scheinbar banalen Tätigkeiten, wie Kochen und Backen, Gartenarbeit oder Werkeln in der Hobby-Werkstatt, kommt Archetypisches zum Ausdruck. Der meist nur kurze Vorgang solcher Fertigkeiten enthält eine Reihe von sinnvollen, aufeinander bezogenen und grundsätzlich wichtigen Handlungen: Zuerst entsteht eine schöpferische Idee (was gekocht, gepflanzt, gebastelt wird), dann werden die dafür benötigten Zutaten «gesammelt», daraufhin zusammengefügt, und im folgenden Prozess des Siedens, Schmiedens oder Wachsens wandeln sich die Ingredienzen in eine neue Speise, Pflanze oder ein «Werk». Die Konzentration, die erforderlich ist, um eine solche «Neuschöpfung» zu vollbringen, lässt auch in der Seele die Kräfte zusammenströmen, sich ordnen und zu etwas Neuem bereitstehen. Jede Alltagssituation kann in gewissem Sinne zu einem solchen archetypischen und schöpferischen Geschehen werden. Hier liegt wohl die tiefere Bedeutung von Hobbies, die sicher nicht allein in der Entspannung und im Ausgleich zur Berufstätigkeit gesehen werden kann, es sei denn, man berücksichtige diese archetypischen Momente. Mit großer Wahrscheinlichkeit erscheinen dann Bilder, Motive oder Erlebnismöglichkeiten, die über die augenblickliche Situation hinausweisen und damit neue Wege eröffnen können. Ohne es zu wollen oder davon zu wissen, greifen wir aufgespeicherte Möglichkeiten zurück, die die Erfahrung der Ahnen in uns darstellen. Insofern sind die Archetypen sowohl als wirkende Kräfte wie als leitende Bilder zu verstehen. Grundvoraussetzung ist das offene und vertrauensvolle Geschehenlassen der Eigenaktivitäten der Seele, dann das nachdenkliche Anschauen der Bilder, ohne Vorurteile und Kritik, und später der Versuch, ihre Botschaften in den augenblicklichen Lebenszusammenhang einzubeziehen. Meist spürt man unmittelbar, wovon sie handeln.

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>

Literaturnachweis

Kapitel 1

- 1 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 289
- 2 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 20
- 3 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. Ebd. S. 21
- 4 JUNG, C. G.: Psychologie und Dichtung. G. W. XV, Olten: Walter 1972, S. 113
- 5 JUNG, C. G.: Antwort auf Hiob. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 499
- 6 JUNG, C. G.: Psychologie und Religion. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 117
- 7 JUNG, C. G.: Über die Archetypen des kollektiven Unbewussten. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 24
- 8 ENDE, M.: MOMO. Stuttgart: Thienemann 1973
- 9 NEILL, A. S.: Erziehung in Summerhill. München: Szezesny 1966
- 10 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, Olten: Walter 1976, S. 51, 282 f. und 549
- 11 JUNG, C. G.: Die psychologischen Aspekte des Mutter-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 122
- 12 PIPER, J.: Zucht und Maß. München: Kösel, 1955, S. 85 f.
- 13 JUNG, C. G.: Das Gewissen. G. W. X, Olten: Walter 1979
- 14 JUNG, C. G.: Die Psychologie der Übertragung. G. W. XVI, Olten: Walter 1971, S. 247-250
- 15 OTTO, R.: Das Heilige. München: Beck 1963

Kapitel 2

- 1 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 30
- 2 JUNG, C. G.: Die Bedeutung der analytischen Psychologie für die Erziehung. G. W. XVII, Olten: Walter 1978, S. 64
- 3 JUNG, C. G.: Der Begabte. G. W. XVII, Olten: Walter 1978, S. 169
- 4 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, S. 20
- 5 JUNG, C. G.: Ebd. S.21
- 6 JUNG, C. G.: Symbole der Wandlung. G. W. V, Olten: Walter 1973, S. 296
- 7 JUNG, C. G.: Analytische Psychologie und Erziehung. G. W. XVII, Olten: Walter 1978, S. 102
- 8 JUNG, C. G.: Die Ehe als psychologische Beziehung. G. W. XVII, Olten: Walter 1978, S. 223
- 9 PLATON: Phaidros. Hamburg: Rowohlt 1958, S. 27
- 10 FREUD, S.: Das Ich und das Es. G. W. XIII, Frankfurt: S. Fischer 1967, S. 253, vgl. auch FREUD, S.: Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse, G. W. XV, Frankfurt: S. Fischer 1968, S. 83
- 11 CASTANEDA, C.: Eine andere Wirklichkeit. Frankfurt: Fischer-Taschenbuchverlag 1976, z. B. S. 37 und 164
- 12 ELIADE, M.: Die Geschichte der religiösen Ideen. Freiburg: Herder 1978, dort auch viele weiterführende Literaturangaben
- 13 POPPER, K.: Objektive Erkenntnis. Hamburg: Hoffmann und Campe 1973
- 14 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 9 f.
- 15 JUNG, C. G.: Ebd. S. 8
- 16 JUNG, C. G.: Psychologische Typen. G. W. VI, Olten: Walter 1971
- 17 FRANZ, M. - L. v. und HILLMAN, J.: Zur Typologie C. G. JUNG's. Stuttgart: Bonz 1979
- 18 TILLICH, P.: Mut zum Sein. Stuttgart: Steingrüben 1958
- 19 ZAEHNER, R. C.: Mystik. Harmonie und Dissonanz. Olten: Walter 1980, S. 193 f.
- 20 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, S. 36
- 21 JUNG, C. G.: Neue Bahnen der Psychologie. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 281
- 22 SCHULTZ-HENCKE, H.: Lehrbuch der analytischen Psychotherapie. Stuttgart: Thieme 1951, S. 92 f. und 142 f.
- 23 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, S. 30
- 24 KOESTLER, A.: Der Mensch - Irrläufer der Evolution. München: Scherz 1978
- 25 JUNG, C. G.: Erinnerungen, Träume, Gedanken. Olten: Walter 1971, S. 360
- 26 KUHN, Th. S.: Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen. Frankfurt: Suhrkamp 1973
- 27 VESTER, F.: Neuland des Denkens. Stuttgart: Deutsche Verlagsanstalt 1980
- 28 VESTER, F.: Ebd. S. 186
- 29 FEYERABEND, P.: Wider den Methodenzwang. Frankfurt: Suhrkamp 1977
- 30 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, S. 32 f.
- 31 JUNG, C. G.: Antwort auf Hiob. G. W. XI, Olten: Walter 1971
- 32 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, S. 30

Kapitel 3

- 1 JUNG, C. G.: Antwort auf Hiob. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 499
- 2 JUNG, C. G.: Die psychologischen Aspekte des Mutter-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 110
- 3 JUNG, C. G.: Antwort auf Hiob. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 487

- 4 JUNG, C. G.: Theoretische Überlegungen zum Wesen des Psychischen. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 242
- 5 JUNG, C. G.: Die transzendente Funktion. G.W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 102 f.
- 6 JUNG, C. G.: Ebd. S. 104
- 7 JUNG, C. G.: Zur Empirie des Individuationsprozesses. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 340 f.
- 8 JUNG, C. G.: Antwort auf Hiob. G. W. XI, S. 475
- 9 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 7, 16 f.
- 10 JUNG, C. G.: Aion. G. W. IX/II, Olten: Walter 1978, S. 182
- 11 JUNG, C. G.: Kommentar zu «Das Geheimnis der goldenen Blüte». G. W. XIII, Olten: Walter 1978
- 12 JUNG, C. G.: Grundsätzliches zur praktischen Psychotherapie. G. W. XVI, Olten: Walter 1971, S. 1
- 13 JUNG, C. G.: Die Psychologie der Übertragung. G. W. XVI, Olten: Walter 1971, S. 219
- 14 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, S. 45
- 15 JUNG, C. G.: Ebd. S. 8
- 16 FREUD, A.: Das Ich und die Abwehrmechanismen. München: Kindler 1977
- 17 JUNG, C. G.: Antwort auf Hiob. G. W. XI, S. 488
- 18 JUNG, C. G.: Über den Archetypus mit besonderer Berücksichtigung des Anima-Begriffes. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 78
- 19 JUNG, C. G.: Die Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 141
- 20 JUNG, C. G.: Mysterium coniunctionis. G. W. XIV/I, Olten: Walter 1972, S. 185

Kapitel 4

- 1 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 175
- 2 JUNG, C. G.: Ebd. S. 179 f.
- 3 JUNG, C. G.: Ebd. S. 180
- 4 JUNG, C. G.: Ebd. S. 173
- 5 JUNG, C. G.: Ebd. S. 211 f.
- 6 JUNG, C. G.: Ebd. S. 212
- 7 JUNG, C. G.: Ebd. S. 213
- 8 JUNG, C. G.: Über Wiedergeburt. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 137
- 9 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, S. 156 f.
- 10 JUNG, C. G.: Die Psychologie des Kind-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 176
- 11 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, S. 158 f.
- 12 FRANZ, M. - L. v.: Creation Myth. Zürich: Spring-Publications 1972
- 13 NEUMANN, E.: Ursprungsgeschichte des Bewusstseins. Zürich: Rascher 1949
- 14 FREUD, S.: Warum Krieg? G. W. XVI, Frankfurt: Fischer 1968
- 15 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, S. 219.
- 16 Meister ECKHART, hrsg. von D. MIETH, Olten: Walter 1979
- 17 JUNG, C. G.: Vom Werden der Persönlichkeit. G. W. XVII, Olten: Walter 1972, S. 194 f.
- 18 NEUMANN, E.: Die große Mutter. Olten: Walter 1974
- 19 KERNBERG, O. F.: Borderline-Störungen und pathologischer Narzissmus. Frankfurt: Suhrkamp 1979
- 20 RICHTER, H. - E.: Eltern - Kind -Neurose. Stuttgart: Klett 1967
- 21 ROGOLL, R.: Nimm dich, wie du bist. Freiburg: Herder 1976, S. 15
- 22 HARRIS, Th. A.: Ich bin o.k., du bist o.k. Hamburg: Rowohlt 1973
- 23 BERNE, E.: Was sagen Sie, nachdem Sie guten Tag gesagt haben? München: Kindler 1978, S. 56 und 135 f.
- 24 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, S. 173
- 25 WATZLAWIK, P., BEAVIN, J. H., JACKSON, D. D.: Menschliche Kommunikation. Bern: Huber 1972, S. 53
- 26 FREUD, S.: Die endliche und unendliche Analyse. G. W. XVI, Frankfurt: S. Fischer 1968, S. 181
- 27 BLOMEYER, R.: Aspekte der Persona, Anal. Psychol. 1974, 5, 17-29
- 28 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, S. 177
- 29 JUNG, C. G.: Ebd. S. 211
- 30 LAOTSE: Das Buch vom Sinn. Jena: Diederichs 1921
- 31 JUNG, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, S. 216

Kapitel 5

- 1 JUNG, C. G.: Die Psychologie der Übertragung. G. W. XVI, Olten: Walter 1971, S. 210 f. und 337 f.
- 2 I GING, hrsg. v. R. WILHELM, Düsseldorf: Diederichs 1975, Nr. 31
- 3 JUNG, C. G.: Die Probleme der modernen Psychotherapie. G. W. XVI, Olten, Walter 1971, S. 64
- 4 JUNG, C. G.: Psychologische Typen. G. W. VI, Olten: Walter 1971, S. 60 f.
- 5 JUNG, C. G.: Die Psychologie der Übertragung. G. W. XVI, S. 298 f.
- 6 JUNG, C. G.: Aion. G. W. IX/II, Olten: Walter 1978, S. 78 f.
- 7 JUNG, C. G.: Der Begabte. G. W. XVII, Olten: Walter 1978, S. 166.
- 8 JUNG, C. G.: Mysterium coniunctionis I. G. W. XIV/II, Olten: Walter 1972, S. 194

- 9 JUNG, C. G.: Traumsymbole des Individuationsprozesses. G. W. XII, Olten: Walter 1976, S. 188 f.
- 10 JUNG, C. G.: Vom Werden der Persönlichkeit. G. W. XVII, Olten: Walter 1978, S. 1
- 11 JUNG, C. G.: Die Psychologie der Übertragung. G. W. XVI, S. 254 f.
- 12 JUNG, C. G.: Aion. G. W. IX/II, S. 80
- 13 JUNG, C. G.: Register zu den Bänden der G. W. V, VIII, X.
- 14 JUNG, C. G.: Analytische Psychologie und Weltanschauung. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 421
- 15 BLOCH, E.: Das Prinzip Hoffnung I. Frankfurt: Suhrkamp 1959, S. 49 und 111
- 16 ALLPORT, G. W.: Werden der Persönlichkeit. Bern: Huber 1958, S. 76 f. und 90
- 17 BRESCH, C.: Zwischenstufe Leben. München: Piper 1977, S. 251 f.
- 18 PETERS, K. H.: Wörterbuch der Psychiatrie und Medizinischen Psychologie. München: Urban und Schwarzenberg 1971
- 19 FREUD, S.: Zur Psychotherapie der Hysterie. G. W. I, Frankfurt: S.Fischer 1964, S. 280 f.
- 20 JUNG, C. G.: Vom Werden der Persönlichkeit. G. W. XVII, S. 211
- 21 JUNG, C. G.: Kommentar zu «Das Geheimnis der goldenen Blüte». G. W. XIII, Olten: Walter 1978, S. 28
- 22 NEUMANN, E.: Tiefenpsychologie und neue Ethik. München: Kindler 1964
- 23 JUNG, C. G.: Psychotherapie und Seelsorge. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 371
- 24 FRANZ, M. - L. v., HILLMAN, J.: Zur Typologie C. G. Jung's. Fellbach: Bonz 1980
- 25 SCHULTZ - HENCKE, H.: Lehrbuch der analytischen Psychotherapie. Stuttgart: Thieme 1951, z. B. S. 55 und 69
- 26 BERNE, E.: Spiele der Erwachsenen. Hamburg: Rowohlt 1978
- 27 PERLS, F.: Gestalttherapie in Aktion. Stuttgart: Klett 1974, S. 50; vgl. auch: POLSTER, E. und M.: Gestalttherapie. München: Kindler 1975, S. 46 f.
- 28 JUNG, C. G.: Kommentar zu «Das Geheimnis der goldenen Blüte». G. W. XIII, S. 37-51

Kapitel 6

- 1 JUNG, C. G.: Versuch einer Darstellung der psychoanalytischen Theorie. G. W. IV, Olten: Walter 1971
- 2 JUNG, C. G.: Antwort auf Hiob. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 429 f.
- 3 JUNG, C. G.: Zum psychologischen Aspekt der Kore-Figur. G. W. IX.1, Olten: Walter 1976, S. 205
- 4 JUNG, C. G.: Symbole der Wandlung. G. W. V, Olten: Walter 1973, S. 361
- 5 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, Olten: Walter 1976, S. 250
- 6 JUNG, C. G.: Mysterium coniunctionis. G. W. XIV/II, Olten: Walter 1972, S. 232
- 7 JUNG, C. G.: Versuch einer Darstellung der psychoanalytischen Theorie. G. W. IV, S. 192
- 8 JUNG, C. G.: Ebd. S. 209
- 9 JUNG, C. G.: Was ist Psychotherapie? G. W. XVI, Olten: Walter 1971, S. 24
- 10 JUNG, C. G.: Das Wandlungssymbol in der Messe. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 221
- 11 JUNG, C. G.: Über Wiedergeburt. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 132
- 12 FRANZ, M. - L. v.: Zahl und Zeit. Frankfurt: Suhrkamp 1980, S. 224 f.
- 13 JUNG, C. G.: Synchronizität als ein Prinzip akausaler Zusammenhänge. G. W. VIII, Olten: Walter 1971
- 14 JUNG, C. G.: Aion. G. W. IX/II, Olten: Walter 1978, S. 268
- 15 Franz, M.- L. v.: Zahl und Zeit. Frankfurt: Suhrkamp 1980, S. 45
- 16 Franz, M.- L. v.: Ebd. S. 20 f. und 233 f.
- 17 Franz, M.- L. v.: Ebd. S. 231
- 18 Franz, M.- L. v.: Ebd. S. 37
- 19 JUNG, C. G.: Vorwort zum I Ging. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 639 f.
- 20 BRESCH, C.: Zwischenstufe Leben. München: Piper 1977, S. 250 f.
- 21 JUNG, C. G.: Aion. G. W. IX/II, S. 267
- 22 CASTANEDA, C.: Die Reise nach Ixtlan. Frankfurt: Fischer Taschenbuchverlag 1977, S. 39 f.
- 23 SCHOTTLAENDER, F.: Die Mutter als Schicksal. Stuttgart: Klett 1948
- 24 BERNE, E.: Was sagen Sie, nachdem Sie guten Tag gesagt haben? München: Kindler 1978, vgl. S. 42, 59, 104 f., 179 f.
- 25 JUNG, C. G.: Die psychologischen Aspekte des Mutter-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S.99 f.
- 26 JUNG, C. G.: Versuch einer Darstellung der psychoanalytischen Theorie. G. W. IV, S. 207.
- 27 BLOCH, E.: Das Prinzip Hoffnung I., Frankfurt: Suhrkamp 1959, S. 11
- 28 FENICHEL, O.: Psychoanalytische Neurosenlehre I, Olten: Walter 1974, S. 262 f.
- 29 JUNG, C. G.: Versuch einer Darstellung der psychoanalytischen Theorie. G. W. IV, S. 193
- 30 TOFFLER, A.: Der Zukunftsschock. München-Bern-Wien: Scherz 1970
- 31 EIBL-EIBESFELDT, I.: Grundriss der vergleichenden Verhaltensforschung. München: Piper 1969
- 32 RIEDL, R.: Biologie der Erkenntnis. Berlin: Parey 1980
- 33 JUNG, C. G.: Theoretische Überlegungen zum Wesen des Psychischen. G. W. VIII, S. 239
- 34 BLOCH, E., Das Prinzip Hoffnung I. Frankfurt: Suhrkamp 1959, S. 17
- 35 JUNG, C. G.: Der philosophische Baum. G. W. XIII, Olten: Walter 1978, S. 280
- 36 BALINT, M., ORNSTEIN, P. H., BALINT, E.: Fokalthherapie. Frankfurt: Suhrkamp 1976

Kapitel 7

- 1 JUNG, C. G.: Versuch einer psychologischen Deutung des Trinitätsdogmas. G.W. XI, Olten: Walter 1971, S. 214
- 2 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 82
- 3 JUNG, C. G.: Seele und Tod. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 464 f.
- 4 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 51
- 5 JUNG, C. G.: Ebd. S. 45
- 6 JUNG, C. G.: Ebd. S. 49
- 7 JUNG, C. G.: Symbole der Wandlung. G. W. V, Olten: Walter 1973, S. 114
- 8 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, S. 54
- 9 MEYER: Enzyklopädisches Lexikon. Stichwort «Energie», Mannheim: Bibliographisches Institut 1973
- 10 Eigen, M.: Stichwort «Leben» in Meyers Enzyklopädischem Lexikon, siehe 9
- 11 I GING, Düsseldorf: Diederichs 1960
- 12 TILLICH, P.: Mut zum Sein. Stuttgart: Steingrüben 1958
- 13 BALINT, M.: Therapeutische Aspekte der Regression. Stuttgart: Klett 1970
- 14 JUNG, C. G.: Symbole der Wandlung. G. W. V, S. 218 f. und 227 f.
- 15 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. GW VIII, Olten: Walter 1973, S. 35 f.
- 16 RIESMAN, D.: Die einsame Masse. Hamburg: Rowohlt 1958, S. 120 f. u. 137 f.
- 17 FRANZ, M. - L. v., HILLMAN, J.: Zur Typologie C. G. Jung's. Fellbach: Bonz 1980
- 18 WEBER, M.: Die protestantische Ethik I. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus 1979
- 19 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, Olten: Walter 1976, S. 23
- 20 FRANZ, M. - L. v., HILLMAN, J.: Zur Typologie C. G. Jung's. Fellbach: Bonz 1980, S. 12
- 21 BERTALLANFFY, L. v.: Biophysik des Fließgleichgewichts. Wiesbaden: Vieweg 1977
- 22 REICH, W.: Die Funktion des Orgasmus (Die Entdeckung des Orgons). Frankfurt: Fischer-Taschenbuch 1972
- 23 SCHMIDT, R. F.: Biommaschine Mensch. München: Piper 1979
- 24 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, S. 45
- 25 JUNG, C. G.: Theoretische Überlegungen zum Wesen des Psychischen. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 211
- 26 HARTMANN, H.: Zur psychoanalytischen Theorie des Ichs. Stuttgart: Klett 1964; vgl. auch HARTMANN, H.: Ich-Psychologie und Anpassungsproblem. Stuttgart: Klett 1960
- 27 FREUD, A.: Das Ich und die Abwehrmechanismen. München: Kindler 1977
- 28 SELYE, H.: Stress beherrscht unser Leben. Düsseldorf: Econ 1957
- 29 JUNG, C. G.: Erinnerungen, Träume, Gedanken. Olten: Walter 1971, S. 171
- 30 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, S. 45
- 31 JUNG, C. G.: Ebd. S. 46

Kapitel 8

- 1 JUNG, C. G.: Briefe II. Olten: Walter 1973
- 2 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, Olten: Walter 1976, S. 82 f.
- 3 JUNG, C. G.: Über die Psychologie des Unbewussten, G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 64-66.
- 4 JUNG, C. G.: Über den Archetypus mit besonderer Berücksichtigung des Anima-Begriffes. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 82 f.
- 5 JUNG, C. G.: Die psychologischen Aspekte des Mutter-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 97 f.
- 6 JUNG, C. G.: Ebd. S. 106
- 7 JUNG, C. G.: Die Psychotherapie in der Gegenwart. G. W. XVI, Olten: Walter 1971, S. 102-107
- 8 JUNG, C. G.: Briefe I. Olten: Walter 1973, S. 277 9 JUNG, C. G.: Über den Archetypus mit besonderer Berücksichtigung des Anima-Begriffes. G. W. IX/I, S. 77
- 10 I GING, Hrsg. v. Richard WILHELM, Düsseldorf: Diederichs 1960, S. 376 und 43
- 11 JUNG, C. G.: Zum Gedächtnis Richard WILHELMS. G. W. XV, Olten: Walter 1972, S. 63-73
- 12 SPITZ, R. A.: Nein und Ja. Stuttgart: Klett 1959
- 13 JUNG, C. G.: Zur Psychologie des Kind-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 168
- 14 JUNG, C. G.: Über den Archetypus mit besonderer Berücksichtigung des Anima-Begriffes. G. W. IX/I.S.84

Kapitel 9

- 1 JUNG, C. G.: Über die Energetik der Seele. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 57
- 2 JUNG, C. G.: Symbole der Wandlung. G. W. V, Olten: Walter 1973, S. 365
- 3 JUNG, C. G.: Ebd. S. 391
- 4 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, Olten: Walter 1976, S. 142
- 5 JUNG, C. G.: Ebd. S. 82
- 6 JUNG, C. G.: Symbole der Wandlung. G. W. V, S. 524
- 7 JUNG, C. G.: Zur Psychologie des Kind-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 184
- 8 JUNG, C. G.: Ebd. S. 178

- 9 JUNG, C. G.: Ebd. S. 127
- 10 JUNG, C. G.: Ebd. S. 192 f.
- 11 FRANZ, M. - L. v.: Spiegelungen der Seele. Stuttgart: Kreuz-Verlag 1978
- 12 COOPER, D.: Der Tod der Familie. Hamburg: Rowohlt 1972
- 13 ELIADE, M.: Das Heilige und das Profane. Hamburg: Rowohlt 1957
- 14 JUNG, C. G.: Über Mandalasymbolik. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976
- 15 FOUODRAIN, J.: Schizophrenie und Familie. In: BATESON, G. u. a., Schizophrenie und Familie, Frankfurt: Suhrkamp 1975, S. 310 f.

Kapitel 10

- 1 JUNG, C. G.: Allgemeines zur Komplextheorie. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 117
- 2 JUNG, C. G.: Ebd. S. 113
- 3 JUNG, C. G.: Ebd. S. 116
- 4 JUNG, C. G.: Ebd. S. 114
- 5 JUNG, C. G.: Ebd. S. 119
- 6 JUNG, C. G.: Ebd. S. 116
- 7 JUNG, C. G.: Ebd. S. 116
- 8 JUNG, C. G.: Ebd. S. 118
- 9 PETERSON, F. und JUNG, C. G.: Psychophysische Untersuchungen mit dem Galvanometer und dem Pneumographen bei Normalen und Geisteskranken. G. W. II, Olten: Walter 1979, S. 548
- 10 NEUMANN, E.: Die große Mutter. Olten: Walter 1974
- 11 JUNG, C. G.: Die Struktur der Seele. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 172
- 12 JUNG, C. G.: Allgemeines zur Komplextheorie. G. W. VIII, S. 111
- 13 I GING Kommentar zu «Das Heer» (Nr. 7). Düsseldorf: Diederichs 1960

Kapitel 11

- 1 JUNG, C. G.: Aion. G. W. IX/II, Olten: Walter 1978, S. 180
- 2 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, Olten: Walter 1976, S. 240
- 3 JUNG, C. G.: Über Wiedergeburt. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 156
- 4 JUNG, C. G.: Das Wandlungssymbol in der Messe. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 283
- 5 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, S. 59 und 131
- 6 JUNG, C. G.: Ebd. S. 36
- 7 JUNG, C. G.: Ebd. S. 219
- 8 JUNG, C. G.: Ebd. S. 34 f.
- 9 JUNG, C. G.: Mysterium coniunctionis, G. W. XIV/I, Olten: Walter 1972, S. 4
- 10 JUNG, C. G.: Ebd. S. 134
- 11 JUNG, C. G.: Zur Psychologie des Kind-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 179
- 12 JUNG, C. G.: Theoretische Überlegungen zum Wesen des Psychischen. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 257
- 13 JUNG, C. G.: Psychologische Typen. G. W. VI, Olten: Walter 1971, S. 513
- 14 JUNG, C. G.: Mysterium coniunctionis. G. W. XIV/II, S. 326
- 15 HESSE, H.: Stufen. In: Die Gedichte, Band II. Frankfurt: Suhrkamp 1953, Nr. 381
- 16 JUNG, C. G.: Die Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewussten. G. W. VII, Olten: Walter 1971, S. 263
- 17 JACOBI, J.: Der Weg zur Individuation. Olten: Walter 1971
- 18 MAHLER, M. u. a.: Die psychische Geburt des Menschen. Frankfurt: Fischer 1978
- 19 FREUD, A.: Das Ich und die Abwehrmechanismen. München: Kindler 1977
- 20 JOHANNES VOM KREUZ, hrsg. v. BOLDT, J.: Olten: Walter 1980
- 21 JACOBSON, H.: Das Gespräch eines Lebensmüden mit seinem Ba. In: Zeitlose Dokumente der Seele. Zürich: Rascher 1952
- 22 BONAVENTURA: Soliloquium / Alleingespräch. München: Kösel 1958
- 23 BÖHME, J.: Christosophia. Freiburg: Aurum 1976, S. 55
- 24 STEVENS, J. O.: Die Kunst der Wahrnehmung. München: Kaiser 1975
- 25 FRANZ, M. - L. v.: Spiegelungen der Seele. Stuttgart, Kreuz 1978, S. 182
- 26 ZIMMER, H.: Spiel mit dem Elefanten. Düsseldorf: Diederichs 1976
- 27 JUNG, C. G.: Psychologie und Alchemie. G. W. XII, S. 30
- 28 KOHUT, H.: Narzissmus. Frankfurt: Suhrkamp 1973
- 29 JACOBSON, E.: Das Selbst und die Welt der Objekte. Frankfurt: Suhrkamp 1973
- 30 JUNG, C. G.: Das Wandlungssymbol in der Messe. G. W. XI, S. 281
- 31 PFLÜGER, P. M. (Hrsg.): Die Notwendigkeit des Bösen. Stuttgart: Bonz 1980
- 32 JUNG, C. G.: Mysterium coniunctionis. G. W. XIV, I und II, Olten: Walter 1972
- 33 JUNG, C. G.: Psychotherapie und Seelsorge. G. W. XI, Olten: Walter 1971, S. 370
- 34 JUNG, C. G.: Ebd., S. 371

35 JUNG, C. G.: Synchronizität als Prinzip akausaler Zusammenhänge. G. W. VIII, Olten: Walter 1971, S. 576

Kapitel 12

1 JUNG, C. G.: Die psychologischen Aspekte des Mutter-Archetypus. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 94

2 JUNG, C. G.: Über den Archetypus mit besonderer Berücksichtigung des Anima-Begriffes. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 73

3 JUNG, C. G. : Briefe II. Olten: Walter 1972, S. 152

4 JUNG, C. G.: Über die Archetypen des kollektiven Unbewussten. G. W. IX/I, Olten: Walter 1976, S. 39

5 JUNG, C. G.: Ebd. S. 42

6 JUNG, C. G.: Ebd. S. 50

7 JUNG, C. G.: Die psychologischen Aspekte des Mutter-Archetypus. G. W. IX/I, S. 94

8 JUNG, C. G.: Ebd. S. 95 f.

9 JUNG, C. G.: Der philosophische Baum. G. W. XIII, Olten: Walter 1978, S. 273

10 JUNG, C. G.: Ebd. S. 364 f.

11 JACOBI, J.: Der Baum als Symbol. Anal. Psychol., Vol. 6, 1975, S. 336-367

12 JUNG, C. G.: Der philosophische Baum. G. W. XIII, S. 324

13 JUNG, C. G.: Einleitender Kommentar zu «Das Geheimnis der goldenen Blüte». G. W. XIII, Olten: Walter 1978, S.

14 BEIT, H. v.: Symbolik des Märchens 1, Bern: Francke 1952

16 JUNG, C. G. : Der philosophische Baum. G. W. XIII, S. 354 f.

17 JUNG, C. G.: Einleitender Kommentar zu «Das Geheimnis der goldenen Blüte». G. W. XIII, S. 50

18 AMMANN, A. N.: Aktive Imagination. Olten: Walter 1978

19 JUNG, C. G.: Erinnerungen, Träume, Gedanken. Olten: Walter 1971, S. 209

<< [Zurück](#) [Inhalt](#) [Weiter](#) >>