

Lebensthemen und Individuation

Dr. Jörg Rasche

Vortrag am 22. April 2003 im Rahmen der 53. Lindauer Psychotherapiewochen 2003

Mit freundlicher Genehmigung des Autors.

1. Fragmentarische Annäherungen
2. Individuation als ein natürliches Geschehen - C. G. Jung
3. Es tut weh - Individuation als bewusster Prozess - Hermann Hesse
4. Individuation schließt die Welt ein, nicht aus - Gustav Gräser

1. Fragmentarische Annäherungen

Individuation - Ganzwerdung, Selbstwerdung, Integration der Gegensätze, Mysterium Coniunctionis. Individuation ist ein zentraler Begriff der Analytischen Psychologie.

Ganzwerdung – wie darüber sprechen, ohne vollmundig oder prophetisch zu sein? Die Analytische Psychologie nach C.G. Jung ist keine Religion, keine Mystik, nicht einmal ein System. Jung legte immer Wert darauf, dass er Empirie betreibt, nicht Philosophie, nicht Theologie, und dass er für das Verständnis Begriffe suche, die möglichst gut passen, aber ebenso gut auch anders ausfallen könnten. Ein für unser Thema wichtiger Text von Jung heißt: Zur Empirie des Individuationsprozesses. Es ist eine Bilderserie, gemalt von einer Patientin, die aus dem Unbewussten heraus malte und schnell zu einer Folge von Mandaldarstellungen fand. In diesen Bildern zeigt sie sich auf dem Weg einer Integration von Gegensätzen. „Unsere Bilder schildern ein Anfangsstück des Individuationsweges“, sagt Jung. Über das Ende wisse er nichts, „es hat nie einer den ganzen Weg erzählen können, wenigstens nicht sterblichen Ohren, denn nicht der Erzähler, sondern der Tod spricht das consummatum est“. Die Bilder seien „intuitive Antizipationen zukünftiger Entwicklungen“ und hätten den „allernächsten Zweck, ein gegebenenfalls weit vorausgeeiltes Bewusstsein mit den unbewussten Untergründen, mit denen es verbunden sein sollte, wieder in Berührung zu bringen (...) Dies ist eine Aufgabe, die nicht nur einzelnen Menschen, sondern ganzen Zivilisationen heute gestellt ist.“ [1] Bleiben wir zunächst beim Einzelnen. Mein Referat gliedert sich in vier Teile.

Im 1. versuche ich eine Annäherung an den Begriff der Individuation - in sechs kleinen Bruchstücken. Der 2. Teil heißt, nach einem Zitat von Jung, „Individuation ist ein natürlicher Vorgang“. In ihm geht es um Jungs eigenen Weg und dessen Gestaltung in Jungs Werk.

Im 3. Teil „Es tut weh“ geht es um Individuation als Bewusstwerdungsprozess - und zwar am Beispiel des Dichters Hermann Hesse, der an einem entscheidenden Punkt seines Individuationswe-

ges eine Analyse bei Jung gemacht hat. Der 4. und abschließende Teil heißt, wieder mit einem Jung-Zitat: „Individuation schließt die Welt nicht aus, sondern ein“. Es geht hier um die kulturelle Situation, aus der heraus Jung seinen Begriff des Individuationsweges geschaffen hat. Eine dafür bezeichnende Gestalt ist Gustav Gräser, ein Wanderprediger, dem Hesse damals sehr viel verdankte, und der sich, so wie Jungs Einfluss, in seinem Werk wiederfindet.

Jetzt also 1.: Fragmentarische Annäherung - Sechs kleine Bruchstücke.

Fragment Nr. 1:

Ich kann über Ganzwerdung nicht anders sprechen als ausgehend vom Fragment. Wer bin ich? Wo komme ich her, was sind meine Themen? Was habe ich getan - was ist mit mir geschehen? Gibt es eine verborgene Ordnung - wie kann ich sie finden? Wie kann ich, wenn es sie gibt, ihr Wirken unterstützen?

Individuation ist ein Weg, Fragmentierung zu überwinden, Gegensätze zu verbinden. Es ist eine Tendenz des Lebendigen, die der Entropie, dem Zerfall, der Auflösung in eine chaotische oder amorphe Masse zuwiderläuft. Die Natur strebt, wie Jung einmal schreibt, mit ungeheurem Aufwand das Individuum an [1], sei es bei den Pflanzen, den Tieren oder den Menschen. Für den Menschen bedeutet das zunächst das Hineinwachsen in die kollektiven Normen der Erziehung [2], dann aber den notwendigen Mut zur Unterscheidung. „Individuation kann daher nur einen psychologischen Entwicklungsprozess bedeuten, der die gegebenen individuellen Bestimmungen erfüllt, mit anderen Worten den Menschen zu dem bestimmten Einzelwesen macht, das er nun mal ist“ (ebd.).

Jung hat im Laufe seines Lebens oft von Individuation gesprochen. Er verstand sein ganzes Werk als Ausdruck seines persönlichen Weges. Er hat sich öfter verwundert darüber geäußert, dass andere Menschen sich so für seine Schriften interessierten, und er hat im Alterswerk oft, wie es scheint, ganz für sich selber geschrieben. Auf einen Hinweis von Lesern sogar in Lateinamerika sagte er: „Das erstaunt mich, ist doch mein ganzes Werk eigentlich auf mich selbst bezogen. Meine Bücher sind lediglich Nebenprodukte eines persönlichen Individuationsprozesses, auch wenn sie durch eine unzerreißbare Kette mit der Vergangenheit und wahrscheinlich auch mit der Zukunft verbunden sind“ [3].

In seinem Erinnerungsbuch „Erinnerungen, Träume, Gedanken“ beschreibt er den langen Weg, den Jung gegangen ist von seinen ersten Träumen und Aktiven Imaginationen, insbesondere ab 1912, zu seinen Bildern, Mandalazeichnungen, Skulpturen und Schriften. Jung versuchte, Stufen seiner Erfahrung in Begriffen festzuhalten. Das waren die Begegnung mit dem Schatten (also dem, was einer nicht in seiner offiziellen Person wahrhaben kann oder will) oder die Begegnungen mit weiblichen Personifikationen seines Unbewussten (Gestalten der Anima, des gegengeschlechtlichen Aspekts in seiner männlichen Psyche). Hilfreich

waren für ihn die Bildwelten der Alchemie des ausgehenden Mittelalters, in denen er grundlegende psychische Probleme des modernen Menschen vorgeformt fand. Er verglich oft den Individuationsprozess mit dem alchemistischen opus. Das Gold, um das sich die Alchemisten bemühten, war für ihn ein Symbol jener Ganzheit, um die sich schon die Menschen früherer Zeiten so bemüht hatten. In der Alchemie ging es vor Allem um die Vereinigung von Gegensätzen - trocken und feucht, heiß und kalt, Schwefel und Quecksilber, Sonne und Mond als Symbole für männlich und weiblich. Auch in der analytischen Arbeit sah Jung solche Symbole wirksam werden. Die „Psychologie der Übertragung“ beschrieb er als einen alchemistischen Prozess, in dem beide verwandelt werden, Therapeut und Patient. Er schreibt: „Der bewusste Vollzug der inneren Einigung hält an der menschlichen Beziehung als einer unerlässlichen Bedingung fest, denn ohne bewusste anerkannte und akzeptierte Bezogenheit auf den Nebenmenschen gibt es überhaupt keine Synthese der Persönlichkeit. (...) Das ist der nicht wegzudenkende Kern des Übertragungsphänomens, denn die Beziehung zum Selbst ist zugleich die Beziehung zum Mitmenschen, und keiner hat den Zusammenhang mit diesem, er habe ihn denn zuvor mit sich selbst.“ [4]

Der einzelne Mensch bzw. die therapeutische Beziehung zweier Menschen wird gewissermaßen als alchemistisches Gefäß der Individuation verstanden. Jung sprach hier auch von Inkarnation - ein bislang unbewusster Inhalt will sich inkarnieren. Individuation hat, halten wir es fest, nichts mit Eigenbrötlerei zu tun. Die Beziehung zum Mitmenschen ist zentral wichtig. Individuation schließt die Welt nicht aus, sondern ein.

Fragment Nr. 2:

Individuation lässt sich nicht lehren. Ich zitiere aus einem Roman: „Mögest du mir, o Erhabener, nicht zürnen ... Du hast wahrlich recht, wenig ist an Meinungen gelegen. Aber lass mich dies eine noch sagen: Nicht einen Augenblick habe ich an dir gezweifelt ... Du hast die Erlösung vom Tode gefunden. Sie ist dir geworden aus deinem eigenen Suchen, auf deinem eigenen Wege, durch Gedanken, durch Versenkung, durch Erkenntnis, durch Erleuchtung. Nicht ist sie dir geworden durch Lehre! Und - so ist mein Gedanke, o Erhabener - keinem wird Erlösung teil durch Lehre! Keinem, o Ehrwürdiger, wirst du in Worten und durch Lehre mitteilen und sagen können, was dir geschehen ist in der Stunde der Erleuchtung. Vieles enthält die Lehre des erleuchteten Buddha, viele lehrt sie, rechtschaffen zu leben, Böses zu meiden. Eines aber enthält die so klare, so ehrwürdige Lehre nicht: sie enthält nicht das Geheimnis dessen, was der Erhabene selbst erlebt hat, er allein unter den Hunderttausenden. ... Dies ist es, weswegen ich meine Wanderschaft fortsetze.“

Die Quelle des Zitates ist aus dem Siddharta von Hermann Hesse.

Der erste Teil des Siddharta ist von 1919. Hesse war 1916 in einer langen Psychotherapie bei Dr. Joseph Bernhard Lang in Sonnmatt / Luzern gewesen, war Jung ein erstes Mal begegnet und hatte inzwischen, auch vermittelt durch Dr. Lang, viel von Jung gelesen. Natürlich darf man Kunstwerke, und der Siddharta ist ein literarisches Kunstwerk, nicht in erster Linie nach dem Leben des Künstlers befragen, dem wir sie verdanken. Doch gerade Hesse hat sehr autobiographisch gearbeitet. Sein Siddharta ist, im indischen Gewand, die Parabel einer Individuation. Individuation lässt sich nicht lehren. Als Hesse den ersten Teil zuende geschrieben hatte, in dem zuletzt Siddharta, nach den Jahren der Askese im Wald und nach dem Gespräch mit dem Buddha, dem Erhabenen, allein wieder auf die Wanderschaft geht - als Hesse soweit geschrieben hatte, blieb er stecken und wusste nicht weiter. Hesse ging nach Zürich und machte eine Analyse bei C.G. Jung selber (im Februar und Juni / Juli 1921), und danach konnte er den Siddharta weiter und zu Ende schreiben (Frühjahr 1922). Ich komme darauf zurück.

Fragment Nr. 3:

Ich habe Kollegen gefragt, ob sie individuierte Menschen kennen, und woran sie sie erkennen. Sie sagten: Individuierte Menschen sind authentisch, sie stehen im Leben. Sie sind bescheiden, zeigen ein gewisses understatement. Sie wirken, aber sie wissen, dass sie das nicht aus eigenem Verdienst tun. Und sie können Fehler zugeben, „ja stimmt, da habe ich einen Fehler gemacht“. Sie ruhen in sich. Ein Beispiel sei Josef Felder gewesen, ein sozialdemokratischer Abgeordneter, der gegen die Nazis gestimmt habe und alsbald auf die schwarze Liste kam. Sein Buch „Warum ich nein sagte“ seine Bescheidenheit und Würde. Eine Frau? „Hildegard von Bingen“. Bei der Gelegenheit: ich werde wenig von weiblicher Individuation sagen können, aus Zeitgründen vor allem. Ich möchte aber hinweisen auf wunderbare Texte von Ingrid Riedel (Hildegard von Bingen) und Kathrin Asper (zu Frieda Kahlo). Eine explizite jungianische Arbeit zur Individuation von Frauen mit Kindern kenne ich nicht - ich würde sie für sehr wichtig halten.

Hans Dieckmann in Berlin sagte mir auf meine Frage: „Es sind wenige Patienten, die individuieren. (- individuieren ist ein Tätigkeitswort, oder aber ein passivum wie mutieren! J.R.) Sie verändern sich, bekommen mehr Tiefgang, sie entdecken und entwickeln neue kreative Fähigkeiten. Sie werden anders, sie leben dann auch auf tieferen Ebenen. Manche werden auch religiös.“ Ein Beispiel? „Ich hatte eine Patientin, die fing während der Analyse an, Figuren aus Ton herzustellen. Sie kamen sozusagen aus ihr heraus. Sie hat sich dadurch sehr verändert, ist selbstbewusst geworden und ein ganz anderer Mensch. Sie ruhte dann sehr in sich.“ Ich fragte weiter, welche bekannten Persönlichkeiten er für individuiert halte. Er sagte: „Aristoteles, Augustinus, vielleicht Rilke, und Erich Neumann.“

Wen würde ich für induviduiert halten?

Wenn die Frage so gestellt ist, fallen wenige Namen ein, die beim zweiten Nachdenken bleiben. Meist sind diese Menschen schon gestorben - z.B. mein Großvater, mein großartiger und bescheidener Orgellehrer oder der frühere Regierende Bürgermeister von Berlin Heinrich Albertz. Diese Menschen waren von großer Bescheidenheit, Liebe und Kraft. Wenn es weiter zurück geht, sind es berühmte Namen: Spinoza, Bach, Beethoven, Tolstoi, vielleicht Goethe, Blake, Hildegard von Bingen. Ein Kollege [5] hat einmal scherzhaft gesagt: Individuierte Menschen sind entweder schon lange tot, oder sie wohnen ganz weit weg. Das ist sicher nicht ganz richtig, auch wenn ein abgeschlossenes Leben natürlich eher den Eindruck von Ganzheit machen kann als eines, das noch gelebt wird. Doch an Lebenden spürt man die

Ausstrahlung. Ich denke an zwei Menschen, die ich kenne: den Benediktinerbruder David Steindl-Rast und die Berliner Musiktherapeutin Hildemarie Streich.

Was also macht Individuation aus? Sein Leben in die Hand nehmen, sich unterscheiden, wirken ohne es sich als eigenes Verdienst anzurechnen, sich als etwas Objektives erleben. Individuation ist etwas Natürliches, und etwas um das man sich bemühen muss. Es ist Natur - und etwas sehr persönliches. Ein Paradox, das man von anderen nicht lernen kann.

Fragment Nr. 4:

Etwas persönliches. Ich möchte Ihnen ein Traumbild beschreiben, das ich hatte lange vor meiner Analyse und lange, bevor ich etwas von Jung wusste. Ich sah eine Gestalt, eine menschliche Gestalt mit zwei Köpfen, die wiegte so hin und her und sagte zu mir: „Sei, der du sein willst, und du bist, der du bist.“

Das Bild ist mir später in der Analyse wieder gekommen. Es ist ein Paradox: Ich bin ja immer der, der ich bin. Wenn ich mich aber anstrengte, der zu sein, der ich sein möchte, dann werde ich ja auch zu dem, der ich dann bin. - Oder bin ich eigentlich immer derselbe? Viel später habe ich das Bild des Menschen mit zwei Köpfen übrigens wiedergefunden. Es ist ein alchemistisches Symbol, nämlich der sog. Hermaphrodit. Dieses zweigeschlechtliche Wesen ist ein Bild der coniunctio, der Verbindung der Gegensätze und der gewonnenen Ganzheit am Ende des alchemistischen Opus.

C. G. Jung beschreibt ihn als Symbol des Individuationsprozesses. Bei mir hatte das Wesen mit den zwei Köpfen, wie mir später klar wurde, mit einem inneren Gegensatz und Widerspruch zu tun, den ich von meinem Vater und seinem Schicksal in der Nazizeit übernommen hatte. Es ist nicht ungewöhnlich, dass solche Symbole, die Jung archetypische Bilder nennt, spontan aus dem Unbewussten auftauchen. Sie wirken dann als Symbole, d.h. sie ermöglichen eine bildhafte, teils rationale, teils emotionale Verbindung zu Inhalten, die aus dem Unbewussten aufsteigen. Solche Inhalte sind einerseits Anforderungen des Lebenszyklus (so wie in meinem Fall die damals anstehende Entscheidung zwischen Musik- und Medizinstudium), andererseits Problemstellungen, die uns aus der Umwelt erreichen, z.B. aus der gelebten oder nicht gelebten Geschichte unserer Eltern.

Fragment Nr. 5:

Es gibt einen Film „Mein kleines Kind“, in dem gezeigt wird, wie eine Frau ein Baby austrägt, von dem sie weiß, dass es behindert sein wird. Sie hat schon gesunde Kinder, doch sie entschließt sich, dieses eine, behinderte Kind nicht abzutreiben,

sondern leben zu lassen. Ihr Mann versteht sie nicht. Doch sie spricht zu dem Kind im Bauch: „Du sollst leben können, ich will dich nicht töten.“ Das Kind wird geboren, es wird aufgenommen in den Kreis der Kinder, auch die Oma ist dabei. Das Kind stirbt bald. Das erschütternde an dem Film ist, dass das Kind leben darf, so wie es ist. Es ist ein Dokumentarfilm, dessen Botschaft man sich kaum entziehen kann. Das Leben ist etwas Objektives. Es hat viele Gestalten, es geht durch uns hindurch. Gerade an Behinderten kann man das lernen.

Ich erinnere einen anderen Film, es ist 30 Jahre her. In Italien hatte der Psychiater Basaglia die psychiatrischen Anstalten geöffnet, und in Turin, bei Fiat, hatte eine kommunistische Arbeiterbrigade zwei junge mongoloide Männer aufgenommen. „Nessuno o tutti“, Alle oder Keiner.

Es war ein Modell für die bessere Welt, um die man sich damals so bemühte, es ist auch ein Teil meiner eigenen Geschichte. Erschütternd war, wie die beiden behinderten Menschen mit ihren typischen Gesichtern beschrieben, wie es ihnen bei der Arbeit ging. Sie sagten: „Es ist schön, eine Schraube einzudrehen“. Mehr und anderes konnten sie nicht tun, doch es war wie ein Wunder und die Welt für sie. Der Vorarbeiter der Gruppe sagte dazu: „Wir sind sehr froh, die beiden bei uns zu haben, sie sind prima Genossen, und von ihnen können wir wieder lernen, was es heißt, sich zu freuen.“



„Höllensturz“, Altarbild in der Schlosskapelle St. Michael (Tittmoning), Johann Michael Rottmayr

Fragment Nr. 6:

Zum Abschluss des ersten Teils meines Referates möchte ich Ihnen zwei Bilder zeigen. Individuation hat zu tun mit der Integration, mit der Versöhnung von Gegensätzen. Das erste Bild zeigt Ihnen, wie es meistens zugeht:

Der Erzengel Michael stößt den Teufel hinab in die Unterwelt. Das andere, das Dunkle wird verteufelt, und es wird brutal und mit Schmackes bekämpft, gequält, vertrieben oder erschlagen. Das ist die Art und Weise, wie in Offenbarungsreligionen wie der unseren, aber auch dem Islam,

mit dem Schatten umgegangen wird. Diese Haltung bestimmt immer noch unsere Kultur, obwohl doch gerade das Christentum die Vergeltung lehrt. Wer unter euch ohne Fehler ist, der werfe den ersten Stein. Was die Geschichte von Michael und dem Luzifer angeht, so hat Jung darüber geschrieben in „Antwort auf Hiob“ - es ging um einen Machtkomplex. Jachwe konnte keinen neben sich dulden. Seitdem schmort der Teufel im Unbewussten und wartet darauf, wiederheraufzukommen.

Das zweite Bild zeigt eine Alternative. Es ist von M. Escher, 1944 gezeichnet. Der Grafiker M. Escher hatte im von der Wehrmacht besetzten Holland Publikationsverbot, er studierte zuhause Mathematik und machte grafische Experimente. Sie sehen, wie der weiße Mensch und der schwarze Mensch einander bedingen, denn beide kommen aus derselben Ebene. Der lichte Mann und sein Schatten gehören zusammen. Damit beide aber plastisch werden, müssen sie aus der Ebene heraustreten und räumlich werden - sie lösen sich voneinander und kommen nach vorne. Sehr schön und witzig ist, wie der weiße, strahlende Mensch fröhlich und jovial mit der Hand winkt, der schwarze aber geduckt daherkommt und wie beschwörend den Finger hebt. Ein wenig kann man das schlechte Gewissen darin erkennen, das der Preis der Fröhlichkeit des weißen Mannes ist. Und was geschieht? Die Bahn der beiden formt einen Kreis, das Symbol der Ganzheit, und beide geben einander die Hand. Sie schlagen sich nicht tot, der Weiße vertreibt auch nicht den Schwarzen als Sündenbock, sondern sie geben sich die Hand. Das Bild ist von außerordentlich tiefer und witziger Symbolik. Hell und dunkel gehören zusammen. Das ist nicht nur eine moralische oder ethische Maxime des Handelns, sondern eine objektive Tatsache. Ohne Licht gibt es keinen Schatten, und wenn kein Schatten wäre, gäbe es auch kein Licht. Und beide müssen sich erst einmal lösen aus der gemeinsamen Folie und plastisch werden, dreidimensional, um leben zu können und sich bewusst begegnen zu können. Die Trennung in Gegensätze ist Voraussetzung des Lebens, die Versöhnung des Gegensatzes ist Voraussetzung der Individuation.

Das Bild hat auch eine politische Dimension. Die schwarzen Männer mit ihren großen Nasen entsprechen einer Karikatur des jüdischen Menschen, die weißen einer des nichtjüdischen Europäers, vielleicht des Holländers. Sie geben sich die Hand. Ich weiß nicht, ob M. Escher damals in seinem Haus einen jüdischen Mitmenschen versteckt hielt. Es würde mich nicht wundern.

Ich zeige Ihnen dieses Bild als Symbol der Verbindung von Gegensätzen, der coniunctio oppositorum, der Annahme des Schattens, die zum Begriff der Individuation gehören.

Die Sache hat einen Haken. Denken Sie an das erste Bild zurück: Es ist bunt, es ist vital, es ist von bestechendem Schwung. Es ist eindeutig, daraus bezieht es seine Stärke. Es ist ja viel schwieriger, nicht mitzutun, sondern sich zu unterscheiden.

1 GW 9,1 S.367

[1] im Briefwechsel mit E. Neumann

[2] GW 6, § 827, GW 7, § 267 u.a.

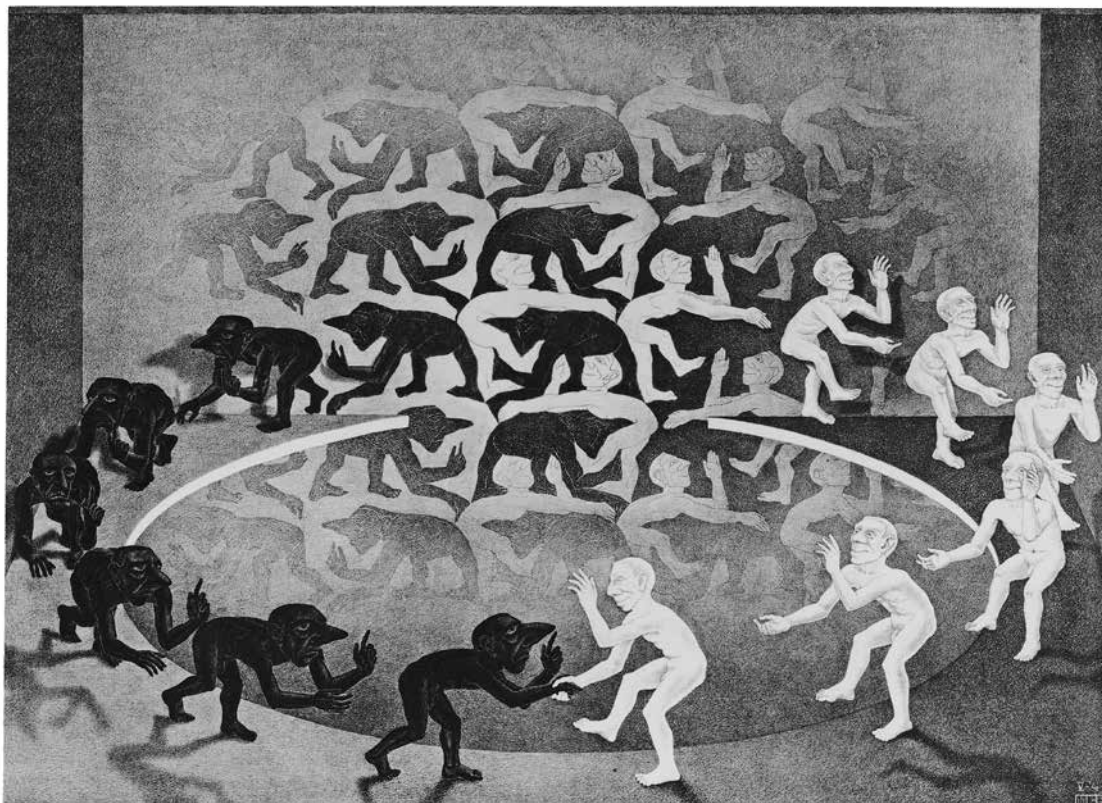
[3] Jung im Gespräch S.252

[4] GW 16, § 444 f.

[5] Uwe Langendorf, Berlin

Den gesamten Text mit allen Teilen finden Sie in im Internet:

www.lptw.de/archiv/vortrag/2003/rasche.pdf
der Mediathek der DGAM oder auf Anfrage
senden wir ihn gerne zu.



M.C. Escher's "Encounter" © 2016 The M.C. Escher Company-The Netherlands. All rights reserved. www.mcescher.com