

Brigitte Dorst

Das Wissen des Herzens

Analytische Psychologie und Spiritualität

Patmos Verlag

Wichtiger Hinweis:

Die in diesem Buch enthaltenen Informationen, Hinweise und Übungen wurden nach bestem Wissen der Autorin erstellt und sorgfältig geprüft. Sie ersetzen jedoch nicht den persönlich eingeholten (psycho-)therapeutischen oder medizinischen Rat. Verlag und Autorin können für Irrtümer oder etwaige Schäden, die aus der Anwendung der dargestellten Informationen, Hinweise oder Übungen resultieren, keine Haftung übernehmen. Deren Nutzung bzw. Durchführung erfolgt auf eigene Verantwortung der Leserinnen und Leser.



Die Verlagsgruppe Patmos ist sich ihrer Verantwortung gegenüber unserer Umwelt bewusst. Wir folgen dem Prinzip der Nachhaltigkeit und streben den Einklang von wirtschaftlicher Entwicklung, sozialer Sicherheit und Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen an. Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten
© 2023 Patmos Verlag
Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.verlagsgruppe-patmos.de

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart
Gestaltung, Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern
Druck: GGP Media GmbH, Pößneck
Hergestellt in Deutschland
ISBN 978-3-8436-1419-1

Inhalt

Einleitung: C. G. Jung und die Bedeutung von Spiritualität . . .	9
Das Herz als universales Symbol	9
C. G. Jung und Spiritualität	10
Teil I: Die Tiefen der Seele erkunden	13
1. Grundkonzepte der Analytischen Psychologie	15
C. G. Jung und die Analytische Psychologie	15
Das Menschenbild der Analytischen Psychologie	17
Die Individuation – Herzstück der Analytischen Psychologie . .	29
2. Zugang zur inneren Welt:	
Symbolarbeit in Therapie und Selbsterfahrung	34
Das Symbolverständnis der Analytischen Psychologie	34
Symbole in der Therapie	39
Beispiel aus der Aktiven Imagination	45
Beispiele aus der Maltherapie	53
3. Die Kunst der Traumdeutung	62
Kulturhistorischer Rückblick zur Traumdeutung	62
Die Bedeutung von Träumen aus neurologischer und psychologischer Sicht	66
Traumdeutung: Von Freud zu Jung	68
Das tiefenpsychologische Verständnis von Träumen und Traumarbeit	73
Traumdeutung als dialogische Kunst	76
Träume als Wegweiser	79
Traumarbeit in Gruppen	82
Spirituelle Traumarbeit	85

Teil 2: Die Wirklichkeit hinter der Wirklichkeit erfahren	89
4. Spiritualität – Transzendenzerfahrung und Selbsterkenntnis	91
Was ist Spiritualität?	92
Mystik: Transzendieren des alltäglichen Bewusstseins	98
Zeitgemäße Spiritualität	101
5. »Bist Du auf Unendliches bezogen?« (C. G. Jung) Spiritualität in der Analytischen Psychologie	112
Analytische Psychologie und ihre spirituellen Dimensionen ...	112
Individuation und Selbst als spirituelle Konzepte	120
Sinnfragen, Sinnsuche und Sinnerfahrungen in der Analy- tischen Psychologie	124
Sinnfindung und psychotherapeutische Arbeit	129
6. Liebe – die heilende Kraft in der therapeutischen Beziehung	135
Der therapeutische Eros und die therapeutische Beziehung ...	136
Chancen und Gefahren der therapeutischen Beziehung	141
Was ist von C. G. Jung für die Psychotherapie zu lernen?	143
Der besondere Moment: Wandlungsphänomene im Prozess der Therapie	144
Der therapeutische Eros und die transpersonale Ebene der Therapie	148
Die Heilkraft der Liebe	150
7. Wege der Weisheit	153
Weisheit – die Voraussetzung für ein geglücktes Leben	153
Sophia, die archetypische Gestalt der Weisheit	157
Weisheit und Lebenskunst	160
Weisheit, Alter und Individuation	166
Weisheit und Herzensbildung	171

Schluss	175
Dank	177
Anhang	178
Anmerkungen	178
Literatur	190
Bildnachweis	197
Quellenverzeichnis	198

Einleitung:

C. G. Jung und die Bedeutung von Spiritualität

Das Herz ist der Schlüssel
der Welt und des Lebens.

NOVALIS¹

Was ist mit »Wissen des Herzens« gemeint, einem Ausdruck von C. G. Jung, der den Titel dieses Buches prägt? Was verbirgt sich hinter Jungs Satz, der vollständig lautet: »Denn Gelehrsamkeit allein genügt nicht; es gibt ein Wissen des Herzens, das tiefere Aufschlüsse gibt. Das Wissen des Herzens ist in keinem Buche und in keines Lehrers Munde zu finden, sondern es wächst aus dir wie das grüne Korn aus schwarzer Erde.«²

Das Herz als universales Symbol

Das Herz ist das universale Symbol für das, was den Menschen zum Menschen macht. In der Kulturgeschichte des Herzens wird die Vielfältigkeit des archetypischen Symbols Herz deutlich. Wie alle archetypischen Symbole umfasst das Herz ein nicht auszu-schöpfendes Bedeutungsspektrum, bei dem Körper, Geist und Seele, Gefühl und Erkenntnis, Handeln und Weisheit, Liebesfähigkeit und Leidenschaft anklingen – und auch die negativen Seiten menschlicher Bosheit und des Bösen.

Goethe, der immer wieder in Gedichten und Schriften auf das Herz Bezug nimmt, ist sich der geheimnisvollen Kraft dieses Symbols bewusst. So heißt es in *Maximen und Reflexionen*: »Das ist eine wahre Symbolik, wo das Besondere das Allgemeine repräsentiert, [...] als lebendig augenblickliche Offenbarung des Unerforschlichen.«³

Schon in der Kultur des Alten Ägypten werden Seele und Herz zusammengedacht. Im ägyptischen Totenkult ist das Herz das

einziges Organ, das wieder in das Innere des mumifizierten Körpers zurückgelegt wird. Beim Totengericht wird es gewogen, und sein Gewicht entscheidet über den weiteren Weg ins Jenseits. Es muss leicht und frei von allem Bösen sein.

Das Herz ist auch das entscheidende Erkenntnisorgan und hat seine eigene Logik. Berühmt ist der Ausspruch des französischen Philosophen Blaise Pascal in seinen *Pensées*: »Es gibt eine Vernunft des Herzens, die der Verstand nicht kennt. Man erfährt es bei tausend Dingen.«⁴ Und weiter: »Wir erkennen die Wahrheit nicht allein mit der Vernunft, sondern auch mit dem Herzen.«⁵

Es ist das unruhige Herz in uns, das uns in einer von globalen Krisen bedrohten Welt nach Sinn und Orientierung suchen lässt, das sich angesichts der Rätsel, die das Leben aufgibt, mit dem Bekannten und mit Vernunftgründen nicht zufriedengibt und uns nach Erkenntnis und Weisheit suchen lässt. Hier setzt das Hauptanliegen dieses Buches an: Es geht darum, die Analytische Psychologie C. G. Jungs als eine spirituelle Psychologie zu beschreiben, die Menschen Zugang zu den Tiefenschichten der Seele vermittelt und ihnen ermöglicht, mit dem Herzen denkend und selbsterforschend in den eigenen seelischen Tiefen nach Erkenntnis – vor allem Selbsterkenntnis – zu suchen, das Wissen des Herzens zu entdecken.

C. G. Jung und Spiritualität

In C. G. Jungs Menschenbild ist Spiritualität von zentraler Bedeutung. Der Begriff »Spiritualität« selbst findet sich bei ihm nicht, da er zu seiner Zeit nicht verwendet wurde. Jung sprach vielmehr von »Religiosität« und »religiöser Erfahrung«, die für ihn ein psychisches Phänomen ist (vgl. Kapitel 5).

Als Psychologe interessierte ihn der Mensch als *homo religiosus*. »Vocatus adque non vocatus deus aderit (Gerufen oder nicht gerufen, Gott wird da sein)« – diesen Orakelspruch aus dem Tempel von Delphi ließ Jung über die Eingangstür seines Hauses einmei-

ßeln. Gerufen oder nicht gerufen, das Göttliche hat ihn dazu gebracht, sich lebenslang mit religiösen und spirituellen Themen auseinanderzusetzen und sie durch die Kultur- und Geistesgeschichte hindurch zu erforschen. Sein Gesamtwerk, so sagt er selbst, bezeugt dies: »Meine Werke können als Stationen meines Lebens angesehen werden, sie sind Ausdruck meiner inneren Entwicklung, denn die Beschäftigung mit den Inhalten des Unbewußten formt den Menschen und bewirkt seine Wandlung.«⁶

Jung hat sich sein Leben lang mit spirituellen, transkulturellen und transpersonalen Fragen beschäftigt. Sein Interesse galt dem Bereich spiritueller Erfahrungen jenseits von Konfessionen, Kirchen und religiösen Traditionen. Jung ist der Überzeugung: »Religionen stehen nach meiner Ansicht mit allem, was sie sind und aussagen, der menschlichen Seele so nahe, dass am allerwenigsten die Psychologie sie übersehen darf.«⁷ Es geht ihm darum, eine Psychologie religiöser Erfahrung zu beschreiben. Jung setzt sich also mit »religiöser Erfahrung« auseinander, die für ihn ein psychisches Phänomen ist.

In diesem Zusammenhang spricht er von der »Transzendenz der Psyche« und meint damit spirituelle Erfahrungen der Verbundenheit mit dem Göttlichen, dem Absoluten, das Bezogensein auf etwas Umfassenderes, Größeres; es geht ihm um Erfahrungsmöglichkeiten jenseits des Alltagsbewusstseins, das Überwinden der Grenzen eines Diesseits und Jenseits. Jung ist der Überzeugung: »Daß die Welt innen und außen auf transzendentalen Hintergründen ruht, ist so sicher wie unser eigenes Vorhandensein.«⁸ Seine Haltung kommt auch in folgenden Sätzen zum Ausdruck:

- »Alles Lebendige wandelt sich. Wir sollten uns mit unveränderlichen Traditionen nicht zufriedengeben.«⁹
- »In religiösen Dingen kann man bekanntlich nichts verstehen, was man nicht innerlich erfahren hat.«¹⁰
- »Der Schritt zu höherem Bewußtsein führt aus allen Rückendeckungen und Sicherungen heraus. Der Mensch muß sich ganz darangeben, denn nur aus seiner Integrität kann er weitergehen.«¹¹

Die Transzendenz der Psyche lässt eine andere Wirklichkeit hinter der Wirklichkeit erfahren. Dies aufzuzeigen war immer wieder Jungs Anliegen. Es geht um die Erkenntnis, dass alles – die Welt des Physischen und des Psychischen, Körper und Geist, das sinnlich Erfassbare und sinnlich Wahrnehmbare und die unsichtbare Welt des Unbewussten – zu einem untrennbaren Ganzen gehört, ein Feld der Einheitswirklichkeit ausmacht, des *unus mundus*, wie Jung es nannte.

Um den Zugang zu einem solchen Welt- und Menschenbild zu finden, lädt der erste Teil des Buches die Leserinnen und Leser dazu ein, sich mit Grundkonzepten der Analytischen Psychologie, wie sie sich ausgehend von C. G. Jung bis heute weiterentwickelt haben, vertraut zu machen und anhand ausgewählter Themen aus Therapie und Selbsterfahrung Wege in die innere Welt mitzugehen. Im zweiten Teil des Buches wird dargestellt, was eine zeitgemäße Spiritualität im 21. Jahrhundert ausmacht, welche zentrale Bedeutung sie für C. G. Jung und seine Analytische Psychologie hat und auf welche Weise spirituelle Dimensionen in einer Jung'schen Psychotherapie erfahrbar werden können.

C. G. Jung versteht Spiritualität als wesentlich, wenn es um Antworten auf die Frage nach Sinn und Bedeutung des menschlichen Lebens geht. Lassen Sie sich von C. G. Jung selbst direkt ansprechen:

»Die entscheidende Frage für den Menschen ist: Bist du auf Unendliches bezogen oder nicht? Das ist das Kriterium seines Lebens. [...] Letzten Endes gilt man nur wegen des Wesentlichen, und wenn man das nicht hat, ist das Leben vertan.«¹²

Teil I

Die Tiefen der Seele erkunden

I. Grundkonzepte der Analytischen Psychologie

Die Analytische Psychologie, die auf C. G. Jung zurückgeht, ist eine eigene therapeutische Richtung mit einem spezifischen Verständnis seelischer Störungen und eigenen psychotherapeutischen Behandlungsmethoden. Das Gesamtwerk Jungs vermittelt ein sehr differenziertes Verständnis des menschlichen Lebens als Ganzes.

Manche Begriffe aus der Analytischen Psychologie C. G. Jungs sind längst Allgemeingut geworden, wie der Begriff Komplex, z. B. wenn wir sagen, dass ein Mensch unter Minderwertigkeitskomplexen oder einem Autoritätskomplex leidet. Auch die Bezeichnungen für die Hauptrichtungen der seelischen Energie eines Menschen sind in den allgemeinen Sprachgebrauch integriert: Was Extraversion – die stärker nach außen gerichtete seelische Energie – bzw. Introversion – die nach innen gerichtete seelische Energie – bedeutet, ist bekannt, man weiß, was ein introvertierter oder extravertierter Mensch ist.

C. G. Jung und die Analytische Psychologie

Carl Gustav Jung wurde am 26. Juli 1875 als Sohn eines evangelischen Pfarrers in Kesswil in der Schweiz geboren. Er besuchte dort die Schule, studierte Medizin an der Universität Basel und begann seine berufliche Laufbahn an der Psychiatrischen Universitätsklinik in Zürich. 1907 begann seine Bekanntschaft mit Sigmund Freud in Wien; damals entwickelte sich die Psychoanalyse. Nach dem Bruch mit Freud, der eine andere Auffassung von der Bedeutung der Sexualität und des Religiösen hatte, entwickelte Jung eine eigene tiefenpsychologische Schule, die sogenannte Analytische Psychologie.

Ab 1913 richteten sich seine Untersuchungen auf die Struktur und Phänomenologie des Unbewussten. Er unternahm zahlreiche

Forschungsreisen, hatte eine umfangreiche psychotherapeutische Praxis, hielt Gastvorlesungen an in- und ausländischen Universitäten, bekam viele Ehrendokortitel und Auszeichnungen und schrieb zahlreiche Fachbücher.

Jung war ein Pionier in der Entdeckung und Erforschung des sogenannten Kollektiven Unbewussten, während die Freud'sche Psychoanalyse sich auf den Bereich des persönlichen Unbewussten fokussiert. Die ETH Zürich würdigte Jung als einen Wiederentdecker der Ganzheit und Polarität der menschlichen Psyche und ihrer Tendenz zur Einheit, als einen klaren Diagnostiker der Krisenerscheinungen beim Menschen im Zeitalter von Technik und Wissenschaft sowie als Interpreten des Symbolsystems der Menschheit und des seelischen Reifungs- und Wachstumsprozesses des Menschen, der Individuation. C. G. Jung starb am 6. Juni 1961 im Alter von 86 Jahren.

Jungs Gesamtwerk – es umfasst 20 Bände sowie mehrere Briefsammlungen und Seminarbände – zeugt von seiner umfangreichen Erforschung der inneren Seelenlandschaften. Ein Satz von Novalis könnte das Motto für sein Lebenswerk sein: »Wir träumen von Reisen durch das Weltall. Ist denn das Weltall nicht in uns? Die Tiefen unseres Geistes kennen wir nicht. Nach innen geht der geheimnisvolle Weg. In uns oder nirgends ist die Ewigkeit mit ihren Welten, die Vergangenheit und die Zukunft.«¹³

Jung war seiner Zeit in so manchem intuitiv, ahnend und forschend weit voraus. Einiges kann vielleicht erst jetzt, mit dem heutigen Bewusstsein, verstanden, anerkannt und angenommen werden. Sein Werk ist auch heute noch eine riesige Fundgrube an psychologischen Erkenntnissen, philosophischen Gedanken, anthropologischem Wissen und an Lebensweisheit. Es verbindet umfangreiche empirische, psychologische, religionswissenschaftliche, anthropologische und völkerkundliche Studien mit klinischem Fallmaterial. Damit bereitete Jung die Grundlagen für die Analytische Psychologie und ihre Therapie.

An dieser Stelle möchte ich betonen, dass es natürlich auch einige in Jungs Denken gibt, was aus heutiger Sicht problematisch

und falsch ist und als Teil seiner Schattenproblematik angesehen werden muss. Manche Stellen spiegeln auf erschreckende Weise die Vorurteile seiner Zeit und seiner Generation wider, auch seine Fehleinschätzung des Nationalsozialismus, was in den vergangenen Jahrzehnten von heutigen Jung'schen Analytikerinnen und Analytikern entsprechend analysiert und kritisiert wurde. So gilt auch für die beeindruckende Größe seines Lebenswerks und seine Persönlichkeit, dass diese Aspekte zu sehen sind.

Das Menschenbild der Analytischen Psychologie

Im Menschenbild der Analytischen Psychologie wird zunächst vom Ich als Zentrum des Bewusstseins ausgegangen. Daneben gibt es das persönliche Unbewusste als einen weiteren Bereich der Psyche. Hier sind Bedürfnisse, Wünsche, Triebe und Abwehrmechanismen eines Menschen gespeichert, also alle psychischen Inhalte und Vorgänge, die dem Ich nicht verfügbar sind, d.h. Vergessenes, Verdrängtes, unterschwellig Gefühltes und Gedachtes. Dies ist ein gemeinsames Konzept der Freud'schen Psychoanalyse und der Jung'schen Analytischen Psychologie.

Darüber hinaus nahm C. G. Jung weitere Bereiche der Psyche in den Blick, die er das kollektive Unbewusste nannte. Das kollektive Unbewusste umfasst alles im Unbewussten, was nicht in der persönlichen Erfahrung und Lebensgeschichte eines Menschen entstanden ist, sondern einen ererbten Erfahrungsschatz aus der Evolution, der Entwicklung der Menschheit darstellt. Ein Neugeborenes kommt mit solchen psychischen Strukturen auf die Welt. Das kollektive Unbewusste kann also als das phylogenetische Erbe der Menschheitsgeschichte verstanden werden.

Die Strukturelemente des kollektiven Unbewussten sind die Archetypen und ihre geistigen Inhalte. Es sind zugleich Seelenkräfte, die auf die Selbstverwirklichung und Persönlichkeitsreifung eines Menschen ausgerichtet sind. Jung bezeichnet das kollektive Unbewusste und die Archetypen als das »Schatzhaus«

der kollektiven Ideen und der schöpferischen Kräfte.¹⁴ Für ihn ist das kollektive Unbewusste »die gewaltige geistige Erbmasse der Menschheitsentwicklung, wiedergeboren in jeder individuellen Hirnstuktur«¹⁵.

Die Psyche hat zwei selbstregulative Zentren: das Ich und das Selbst. Das Ich ist das Zentrum im Bereich des Bewusstseins; als Zentrum der Gesamtpsyché versteht Jung das Selbst. Das Selbst ist dem Ich und seinen Funktionen übergeordnet und beeinflusst diese.

Insgesamt ist das Jung'sche Menschenbild stark von Polaritäten bestimmt, den polaren Gegensätzen von Bewusstem und Unbewusstem, persönlichem und kollektivem Unbewusstem, Ich und Selbst, den Archetypen des Weiblichen und des Männlichen, Anima und Animus.

Bewusstsein, persönliches und kollektives Unbewusstes

Das Menschenbild der Analytischen Psychologie lässt sich anschaulich an einem von Jolande Jacobi¹⁶ entwickelten Schema verdeutlichen:

Zu unterscheiden sind die Ebenen des Bewusstseins, des persönlichen Unbewussten und des kollektiven Unbewussten. Im Vergleich zum bewussten Teil der Psyche sind die Bereiche des persönlichen und des kollektiven Unbewussten sehr viel größer. Symbolisch betrachtet ist das Bewusstsein lediglich die Spitze des Eisbergs – unter der Wasseroberfläche liegt der viel größere Bereich des Unbewussten. Unbewusste Vorgänge können in Träumen, Phantasien, Affekten, Verhaltensweisen, Handlungen und Symptomen eines Menschen in Erscheinung treten. Der Bereich des persönlichen Unbewussten umfasst alle Inhalte und Erfahrungen aus der Lebensgeschichte, die vergessen und verdrängt wurden. Es enthält ebenso die sogenannten Komplexe und den persönlichen Schatten.

Eine der wichtigsten Erkenntnisse von Jung war die Bedeutung des Unbewussten nicht nur als Speicher für Vergangenes, sondern auch als Orientierung auf die Zukunft hin. So schreibt Murray Stein: »Jungs Schlüsselerkenntnis über die Beziehung des Unbe-

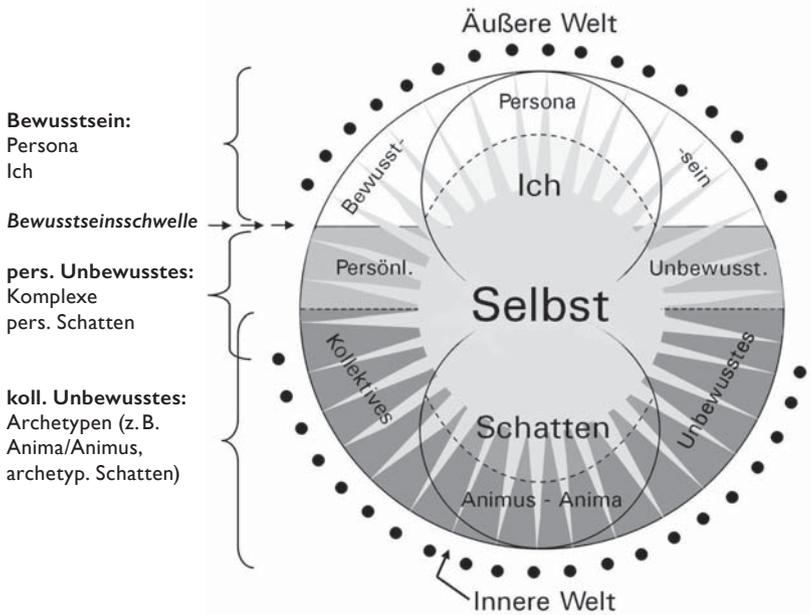


Abb. 1: Die Gesamtpsychologie aus Sicht der Analytischen Psychologie

wussten zum Bewusstsein war, dass dieses nicht nur die verfolgende Vergegenwärtigung der Vergangenheit darstellt, wie Freud das gelehrt hatte – in Form von Komplexen, Aufrechterhaltung von Familiendynamik und Traumata, verdrängter frühkindlicher Sexualität etc. –, sondern dass es auch die aktive Präsenz eines lebendigen Geistes im Hier und Jetzt verkörpert. Das Unbewusste blickt vorwärts und antizipiert Zukunft in ihren Möglichkeiten. Was da auftaucht und sich zeigt, sobald die Aufmerksamkeit auf das Unbewusste als ein Mit-Spieler im Gegenwärtigen gerichtet ist, wird nützlich für die eigene Orientierung auf die Zukunft.«¹⁷

Diese Zukunftsorientierung ihres Unbewussten zeigt sich für viele Menschen auch darin, dass ihre Träume auf zukünftige Möglichkeiten der Lebensgestaltung verweisen.

Die Psyche befindet sich in fortwährender Entwicklung und Veränderung. Dabei stehen Innenwelt und Außenwelt in ständiger Wechselwirkung. Die Psyche als ein sich selbst regulierendes Sys-

tem strebt immer wieder nach Gleichgewicht und sucht Ausgleich zwischen den Gegensätzen und antagonistischen Bestrebungen.

Das Ich, die Persona und die Komplexe

Das Ich als Zentrum des Bewusstseins umfasst alle bewussten Inhalte der Psyche. Es entwickelte sich im Prozess der gesamten Evolution. Die Analytische Psychologie spricht auch vom Ich-Komplex und seinen Ich-Funktionen Denken, Fühlen, Empfinden und Intuieren, über die sich das Ich in der Welt orientiert. Das Ich steht in engem Zusammenhang mit dem Identitätserleben und der Bewusstheit der eigenen Persönlichkeit. Dieser Komplex der Ich-Identität hat eine hohe Konstanz und Stabilität, kann aber auch durch spezifische Lebenserfahrungen beeinträchtigt sein. Menschen mit ausgeprägter Ich-Schwäche bedürfen der therapeutischen Stützung und Stärkung zur Stabilisierung des Ich.

Zum Ich gehört auch die Persona. Sie ist der in der Außenwelt gezeigte und gelebte Teil der Persönlichkeit, der sich in den verschiedenen sozialen Rollen manifestiert. Zu den Ich-Funktionen zählen weiterhin Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Realitätsprüfung und Affektkontrolle sowie bewusste Willensentscheidungen.¹⁸

Komplexe sind Brenn- und Knotenpunkte seelischen Erlebens im Bereich des persönlichen Unbewussten, die eine hohe energetische Aufladung haben. Sie bestehen zumeist aus unbewussten affektgeladenen psychischen Inhalten, die um einen spezifischen Bedeutungskern gruppiert sind und sich auf ein entsprechendes Lebensproblem oder Lebensthema beziehen, z. B. bei einem Minderwertigkeitskomplex auf das Thema Selbstwert oder bei einem Autoritätskomplex auf das Thema Macht und Abhängigkeit. Komplexe entstehen durch besondere Erfahrungen mit der Umwelt: durch Konflikte, Anforderungen oder auch seelische Verletzungen.

Komplexe können positiv anregend, motivierend wirken, ebenso auch neurotische Störungen mitbewirken. Sie haben auch einen archetypischen Kern. Als abgespaltene Persönlichkeitsanteile können sie einflussreich und bestimmend sein, z. B. ein Leistungskomplex, ein Autoritätskomplex oder ein Minderwertigkeitskomplex. Die

Wirkungen eines solchen Komplexes sind zunächst nicht bewusst steuerbar.

C. G. Jung versteht Komplexe als grundlegende Strukturierung des Psychischen. Er ist der Auffassung: »Jeder Mensch hat natürlich einen oder mehrere Komplexe [...]. Der Hintergrund unseres Bewußtseins (oder das Unbewußte) besteht aus derartigen Komplexen. Das ganze Erinnerungsmaterial ist um sie gruppiert. Sie bilden geradezu höhere psychische Einheiten analog dem Ichkomplex. Sie konstellieren unser ganzes Denken und Handeln, darum auch die Assoziationen.«¹⁹ Und ferner: »Man darf heutzutage wohl die Hypothese als gesichert betrachten, daß Komplexe abgesprengte Teilpsychen sind. Die Ätiologie ihres Ursprungs ist ja häufig ein sogenanntes Trauma, ein emotionaler Schock und ähnliches, wodurch ein Stück Psyche abgespalten wurde. [...] In der Regel besteht sogar eine ausgesprochene Unbewußtheit über die Komplexe, was diesen natürlich umso größere Aktionsfreiheit gewährt.«²⁰

Komplexe sind also als seelische Strukturelemente zu betrachten, die im Laufe der Lebensgeschichte entstanden sind. Ein Komplex umfasst persönliche, kollektive und archetypische Anteile. Das Bewusstmachen der Komplexe und die Bearbeitung der mit ihnen verbundenen Störungen und Probleme sind Teil der therapeutischen Arbeit.

Archetypen

Das kollektive Unbewusste reicht über das persönliche Unbewusste hinaus in tiefere Schichten des Unbewussten, die allen Menschen gemeinsam sind. Es enthält universale, *unanschauliche* psychische Faktoren, die allgemeine Erfahrungen der Menschheit widerspiegeln: die Archetypen.

Für Jung sind Archetypen Muster des Erlebens und Verhaltens – ein ererbter Erfahrungsschatz, aus dem heraus Menschen sich in der Welt bewegen, ihr Erleben gestalten und zu verstehen suchen. Er versteht sie auch als »hilfreiche Kräfte, die in der tieferen Natur des Menschen schlummern, erwachen und eingreifen«²¹.