

Carl Jung, de weg naar het Zelf (Carl Jung en zijn spirituele zoektocht)

– Claire Dunne

Woord vooraf (Claire Dunne)

De leer gaat over een nieuw Godsbeeld – een immanente God die in alles zit, groot en klein, donker en licht. (p. 12)

Jung baant zijn eigen weg en benadrukt 'mijn pad is niet het jouwe' en 'je zelf te leven is je eigen taak te zijn'.

Ik hoop dat je in dit verhaal over een complexe psychospirituele pionier, echo's, aansporing, herkenning en inspiratie voor je eigen levensreis vindt.

Inleiding (Jean Houston)

In weerwil van aanwijzingen van het tegendeel erkende hij anderen als verscholen goden, en zijn vele technieken en zijn begrip riepen hen terug naar hun eigen mogelijke menselijkheid.

Deel een – Verwond

Jungs werk leert:

- * Mensen moeten volledig zichzelf worden om volmaakt te leven;
- * God wil dat de mens zijn schepping weerspiegelt en helpt evolueren;
- * De volmaakte mens staat open voor God als medeschepper.

Deel twee – Genezer

"Het individu is het allerbelangrijkste, want hij is de drager van leven, en zijn ontwikkeling en vervulling zijn van de grootste betekenis. Het is essentieel dat ieder levend wezen zijn eigen entelechie wordt en uitgroeit tot datgene wat hij vanaf het allereerste begin was."

"Individuatie betekent niet alleen dat de mens werkelijk menselijk is geworden ter onderscheiding van dierlijk, maar ook dat hij deels goddelijk zal worden. Dat betekent dat hij een volwassene wordt, verantwoordelijk voor zijn bestaan, wetend dat hij niet alleen afhankelijk is van God maar dat God ook afhankelijk is van de mens."

"Net zomin als bijvoorbeeld de gewone dokter denkt of hoopt een ideale atleet van zijn patiënt te kunnen maken, fantaseert de psychologische dokter over de mogelijkheid heiligen te maken. Hij is zeer tevreden als hij in zichzelf en in anderen een tamelijk evenwichtig en min of meer gezond individu voortbrengt, al komt dat bij lange na niet in de buurt van perfectie."

"Ik vroeg hem waarom hij dacht dat alle blanken gek zijn.

'Ze zeggen dat ze met hun hoofd denken,' antwoordde hij.

'Maar natuurlijk. Waar denkt u dan mee?' vroeg ik hem verbaasd.

'Wij denken hier,' zei hij, wijzend op zijn hart.

Ik verzonk in diep gepeins. Voor het eerst van mijn leven, zo leek me, had iemand een beeld geschetst van de echte blanke (...). Deze indiaan had onze kwetsbare plek geraakt, een waarheid onthuld waar we zelf blind voor zijn (...)."

"Een mythe is een openbaring van een goddelijk leven in de mens. Wij zijn niet degenen die mythen bedenken, maar ze richten zich tot ons als een Woord van God."

De eerste laag die we tegenkomen in het onbewuste is wat Jung de schaduw noemde, meestal die kanten van onszelf die we niet leuk vinden, niet kennen of niet willen kennen. De schaduw kan als een kankergezwell in ons verdrongen worden of op anderen worden geprojecteerd als eigenschappen waaraan we de grootste hekel hebben in een persoon of groep. De negatieve schaduw kan ons een tekortkoming laten zien die overwonnen moet worden, het positieve kan ons een deel van onszelf laten zien dat van grote betekenis is en dat we zouden moeten erkennen en in praktijk brengen.

"Anima is het zielenbeeld van een man dat in dromen of fantasieën wordt vertegenwoordigd door een vrouwelijke figuur. Het symboliseert de functie van relatie. De animus is het beeld van spirituele krachten in een vrouw, gesymboliseerd door een mannelijke figuur. Als een man of vrouw zich onbewust is van deze innerlijke krachten, treden ze op in een projectie."

"De eerste vraag die gesteld moet worden (...) zou zijn: 'Wie of wat is tot leven gekomen? (...) Wie of wat is mijn psychisch leven binnengekomen en schept onrust en wil gehoord worden?' Hier moet je aan toevoegen: 'Laat het spreken!' Zet vervolgens je lawaaiige bewustzijn uit en luister rustig in je binnenste en kijk naar de beelden die voor je geestesoog verschijnen of luister naar de woorden die de spieren van je spraakorganen proberen te vormen. Schrijf op wat er gebeurt zonder kritiek te leveren."

De 'verzoenende derde' die tevoorschijn komt, is de binnenste kern van de psyche, het organiserende centrum dat het ego bevat maar daar niet door bepaald wordt, een transpersonele, transcendente realiteit die Jung 'het zelf' noemde. De ontmoeting met het zelf is een centering die het individuatieproces voltooit.

Mensen helpen onafhankelijk te worden van zijn gezag door in zichzelf te reiken naar dat van henzelf, was de kern van het werk.

Deel drie – Van de ziel

Zoals Jung in zijn brieven en uitspraken betoogde, was het de ontwikkeling van het innerlijke spirituele zelf die de kern van zijn werk vormde.

"Van al mijn patiënten voorbij middelbaar, dat wil zeggen ouder dan vijfendertig jaar, is er niet een wiens uiteindelijke probleem niet samenhangt met de religieuze opvatting. Uiteindelijk leed iedereen zelfs onder het verlies van datgene wat levende religies van alle tijden hun gelovigen hebben gegeven, en niemand geneest werkelijk die zijn religieuze opvatting niet heeft teruggevonden, die vanzelfsprekend niets te maken heeft met geloofsbelijdenis of lidmaatschap van een kerk."

Het christendom was in Jungs ogen geen statische religie die tweeduizend jaar geleden in

volledige staat werd aangetroffen: 'Het christelijk symbool is een levend wezen dat het zaad van verdere ontwikkeling in zich draagt.' Hoewel 'de basis ervan eeuwig gelijk blijft', 'moet het christendom elke eeuw opnieuw geïnterpreteerd worden', omdat het anders 'stikt in traditionalisme'.

Jung beschouwde Christus' dood en opstanding als een metafoor voor onze eigen dood en wedergeboorte. Hij offerde dat we tot ware heling komen door zoals Jezus het zijn droeg ons eigen kruis van tegengestelden te dragen.

De uitsluiting van de natuur en de dieren, de onderdrukking van Eros en creatieve fantasie heeft de mens vervreemd van zijn eigen instincten én van de diepere onpersoonlijke krachten.

"Zelfs als een vreedzame aard een bepaald hoger bewustzijnsniveau heeft bereikt, kan hij niet ontkomen aan het conflict van tegengestelden dat woedt in zijn ziel, daar God zijn tegengestelden in de mens wil verenigen. Zodra een eerlijker en vollediger bewustzijn dat uitstijgt boven het collectief ingesteld is, is de mens geen doel op zichzelf meer, maar wordt hij een instrument van God, en zo is het echt zonder gekheid."

"Volgens de synchroniciteit gaat een bepaalde bovennatuurlijke gebeurtenis gelijk op met een of andere externe, niet-bovenaardse gebeurtenis en bestaat er geen causaal verband tussen beide. Het is een parallellisme van betekenis."

'Bepaalde synchroniciteitsverschijnselen lijken verbonden te zijn met de archetypen.' Synchronistische gebeurtenissen vinden bijna altijd plaats gedurende, of als gevolg van, sterke emoties. Het is net alsof de drempel van het bewustzijn verlaagd is, waardoor het onbewuste en zijn inhoud in het bewuste leven aan het oppervlak kunnen komen. Zo'n sfeer van versterkte emotie treedt op in archetypische situaties zoals dood, levensgevaar, rampen, geestelijke of lichamelijke ziektes of relatieproblemen, wat 'aangeboren gedragspatronen die universeel van karakter zijn en bij iedereen dezelfde gevoelens opwekken', aantoont. Zo komt bij hechte archetypische relaties zoals die tussen moeder en kind of tussen twee geliefden vaak synchronistische, telepathische communicatie voor.

Jung bracht God als het geschiktste gespreksonderwerp voor twee mensen ter sprake. Hij zei dat mensen God geen gesprek waardig achten in een salon. Mensen - zelfs theologen - generen zich om over God te spreken. Het is netter om over seks te praten.

"De beslissende vraag voor de mens is: is hij wel of niet verbonden met iets oneindigs? Dat is de veelbetekenende vraag over zijn leen. Alleen als we weten dat het oneindige het enige is wat er werkelijk toe doet, kunnen we voorkomen dat we ons interesseren voor futiliteiten en allerlei doelen die niet echt belangrijk zijn (...). Als we begrijpen en voelen dat we hier in dit leven al in verbinding staan met het oneindige, veranderen wensen en instelling. Uiteindelijk stellen we alleen iets voor vanwege de essentie die we belichamen, en als we die niet belichamen, is het leven vergeefs."

Jung schreef over de noodzaak van 'bewust lijden'. Alleen als we bereid zijn onze eigen last in het leven te dragen, kunnen we ons bewust worden van een vollediger bestaan.

"Ik observeer mezelf in de stilte van Bollingen, met de ervaring van bijna acht decennia,

en ik moet toegeven dat ik geen duidelijk antwoord heb gevonden op mezelf. Ik twijfel nog altijd evenveel aan mezelf, en des te meer naarmate ik iets definitiefs probeer te zeggen. Het is zelfs alsof je door vertrouwdheid met jezelf, nog meer vervreemd raakt!”

“De westerse mens probeert het lijden te onderdrukken met geneesmiddelen. Maar lijden moet worden overwonnen en de enige manier om het te voerwinnen is het te doorstaan.”

Elizabeth Howes: “Mevrouw Jungs kalme, doordringende, actieve en participerende instelling zorgde er altijd mede voor dat je besepte dat je werkte aan een religieus proces waarin het onbewuste – hoe terughoudend ook – krachten onthulde die groter waren dan het ego. Maar ik zal nooit vergeten hoezeer zij de rol van het ego bij de ontwikkeling van het bewustzijn benadrukte. Mevrouw Jung zei tegen mij: ‘Er zijn ego’s en ego’s en ego’s. Het probleem is het juiste te vinden.’ Zij had in mijn ogen dat van haar wel gevonden en zij had dat in verband gebracht met de diepere archetypische krachten die zorgen voor heelheid.”

Jung voegt in *Mysterium coniunctionis* aspecten bijeen van alchemie, gnosticisme, christelijke mythologie en Indiaas tantrisme door middel van het symbool *hierosgamos* of mystieke bruiloft. Hij begreep ook dat de 16^{de} eeuwse alchemistische fasen waarbij de tegengestelden eerst gescheiden en daarna verenigd werden, vergelijkbaar zijn met het individuatieproces.

Zijn ongeduld was niet alleen aan zijn temperament te wijten – hij was in astrologisch opzicht een Leeuw - maar ook aan zijn extreme gevoeligheid, die niet alleen zijn leven verrijkte maar ook een last voor hem was. Het was een verrijking omdat deze hem (...) een buitengewoon gedifferentieerd bewustzijn gaf (...) het was een last omdat deze het persoonlijk domein binnendrong en zich manifesteerde als prikkelbaarheid. Jung was overgevoelig, zijn gevoelens waren snel gekwetst en moesten worden gespaard om zich te kunnen tonen.

“Muziek heeft met zulk archetypisch materiaal te maken en degenen die spelen, beseffen dat niet. Toch zou muziek, vanaf dit niveau therapeutisch gebruikt, een wezenlijk onderdeel moeten vormen van elke analyse. Muziek brengt in klanken tot uitdrukking wat fantasieën en visioenen in visuele beelden uiten (...) muziek staat voor de beweging, ontwikkeling en transformatie van motieven van het collectieve onbewustzijn.”

Toen hij tweeëntachtig was waren stilte en eenzaamheid primaire behoeften. Aan lawaai ontsnapte hij ‘zoveel het maar kon’, want dat verstoort de concentratie die hij voor zijn werk nodig had én ‘dwingt me om extra geestelijke inspanning te verrichten om het buiten te sluiten’. Moderne geluiden zoals ‘technologische speeltjes’, de grammofoon, radio en ‘nu de vloek van de televisie’ beschreef hij als iets wat ‘hoofdzakelijk naar buiten gekeerd [was] en van elke vorm van naar binnen gericht zijn gruwt. Het is een kwaad met diepe wortels’ omdat ‘het de innerlijke instinctieve waarschuwing overstemt’ en ‘dit alles gaat samen met de spirituele desoriëntatie van onze tijd.’

“Eenzaamheid is voor mij een bron van genezing die mijn leven de moeite waard maakt. Praten is vaak een kwelling voor me en ik heb dagen van stilte nodig om bij te komen van de futiliteit van woorden.”

“De ‘autobiografie’ is mijn leven, gezien in het licht van de kennis die ik heb opgedaan bij

mijn wetenschappelijk werk (...) In zekere zin is mijn leven de kern van wat ik geschreven heb geweest, niet andersom.”

Mary Crile: “Hij voegde er peinzend aan toe: ‘Ik weet niet wat de zin van het leven is.’ Toen hij dat zei, had ik het idee dat ewr zelfs voor Jung, die meer dan wie ook in onze tijd het leen stabiel en in z’n geheel bezag, nog altijd een onopgelost mysterie is.”

“Net als aan het begin van het christendom worden we nu opnieuw geconfronteerd met het probleem van de algemene morele achterlijkheid die het tempo van onze wetenschappelijke, technische en sociale vooruitgang niet heeft kunnen bijhouden (...) Geluk en tevredenheid, gelijkmoedigheid en een zinvol leven, allemaal dingen die alleen door het individuele ervaren kunnen worden in niet door een staat, die enerzijds niets anders is dan een conventie waartoe onafhankelijke individuen besloten hebben en die anderzijds het individu voortdurend dreigt te verlammen en onderdrukken.”

“De relatie van de mens met God moet waarschijnlijk een belangrijke verandering ondergaan: ‘in plaats van de verzoenende lof voor een onvoorspelbare koning of het gebed van een kind tot een liefhebbende vader zullen verantwoordelijk leven en vervulling van de goddelijke liefde in ons onze vorm van eerbied voor, en omgang met, God moeten zijn.”

Toen John Freeman in 1959 in een interview voor de BBC aan Jung vroeg of hij in God geloofde, antwoordde deze: ‘Ik hoef niet te geloven (...) ik weet’. Aan correspondenten schreef hij:

“Deze vreemde kracht die tegen mijn bewuste bedoelingen indruist of ze juist bevordert, is mij zeer bekend. Dus zeg ik ‘Ik ken Hem.’ Maar waarom zou je dit iets ‘God noemen? Ik zou de vraag stellen: ‘Waarom niet?’ Zo is het altijd genoemd.’

Jung vond zijn leven lang natuurlijke wijsheid en creatieve antwoorden als hij te rade ging bij het kind in hemzelf.

“Praat verder over de religieuze aspecten van mijn werk. Dat zijn de belangrijkste delen.”

“Waarom ik over God moet spreken? Omdat Hij overal is! Ik ben niet meer dan de lepel in Zijn keuken.”

“Ik kan uw uitspraken niet onderschrijven (...) al brengen die u gevaarlijk dicht bij het ideaal van *yoga: nirvana* [vrijheid van de tegengestelden]. Ik weet dat die momenten van bevrijding uit het proces tevoorschijn schieten, maar ik mijd ze, want ik heb op zo’n moment altijd het gevoel dat ik de last een mens te zijn afgeworpen heb en dat deze twee keer zo hard weer op me terug zal vallen.”

In januari 1961 kreeg Jung bevestiging uit een onverwachte hoek met een late dankbrief van William Wilson, ‘Bill W.’, medeoprichter van de Anonieme Alcoholisten. Hierin erkende hij hoe Jungs opmerkingen tegen een chronische alcoholist in 1931 – dat zijn situatie hopeloos was tenzij ‘hij onderwerp van een spirituele of religieuze ervaring kon worden, om kort te gaan: een echte bekering’ – mede had bijgedragen aan de bekering en genezing van Bill W. zelf, wat uitmondde in de oprichting van de Anonieme Alcoholisten in 1934.

Jung wist dat de zucht naar 'spiritualiën' onbewust ook de spirituele dorst en het verlangen naar een intensere verbintenis met God kon zijn.

'Alcohol' is in het Latijn *spiritus* en je gebruikt hetzelfde woord voor de hoogste religieuze ervaring als voor het meest verderfelijke gif.

"Niemand besteedt tegenwoordig aandacht aan wat er achter woorden schuilgaat (...) aan de fundamentele ideeën die daar liggen. Maar het idee is het enige at er werkelijk is. Wat ik in mijn werk gedaan heb is gewoon nieuwe namen aan die ideeën geven, aan die realiteiten. Neem bijvoorbeeld het woord 'onbewuste'. Ik heb net een boek van een Chinese zenboeddhist gelezen. En het leek mij dat we het over hetzelfde hadden, en dat het enige verschil tussen ons was dat we aan dezelfde realiteit een andere naam gaven."

Op zijn zelfontworpen familiegrafsteen:

'Geroepen of niet geroepen, God is aanwezig.'

en

'De eerste mens is uit de aarde, stoffelijk,

De tweede mens is uit de hemel.'

"Het bestaan kwam mij altijd voor als een plant, die leeft vanuit zijn wortelstelsel. Zijn ware leven is onzichtbaar, verscholen in het wortelstelsel. Het gedeelte dat bovengronds verschijnt, leeft maar één zomer. Dan verwelkt het – een efemere verschijning. Als we aan de oneindige groei en het verval van het leven en de beschavingen denken, kunnen we niet ontkomen aan de indruk van absolute nietigheid. Toch heb ik nooit het gevoel verloren dat er iets is wat onder de eeuwige veranderingen leeft en standhoudt. Wat wij zien is de bloesem, die vergaat. Het wortelstelsel blijft."