



Hier stehe ich, doch kann ich anders

Wie Archetypen unser Handeln im Hier und Jetzt bestimmen

Rudolf Pölking

Der Autor:

Rudolf Pölking, geboren 1954 in Mönchengladbach. Diplompsychologe. Geprägt wurde er unter anderem während seines Studiums an der Universität Bonn durch den C.G. Jung Schüler Professor Dr. Alf Däumling.

Rudolf Pölking arbeitete über mehrere Jahre als Therapeut in einer Beratungsstelle, war andererseits mehr als 25 Jahre Führungskraft in der Industrie. Seit 2019 im sogenannten Ruhestand und unter anderem als Buchautor aktiv.

Der Künstler:

Klaus Schmitt, geboren 1955 in Korschenbroich. Meisterschüler von Günther Uecker an der Kunstakademie Düsseldorf. Europaweit Ausstellungen und diverse Stipendien als Anerkennung für die Qualität seiner künstlerischen Arbeit (New York 1982, Italien 1995/96, Niederlande 2012). Bekannt für kantige Skulpturen, aber auch sehr lebendig farbenfrohe Malerei. (www.klausschmittart.de).

Wer Interesse hat, kann eine Mappe mit Originalzeichnungen der in diesem Buch dargestellten Motive erwerben.

*„Das Innovationspotential
ist am größten an den Grenzflächen der Disziplinen und
nicht in den ausgetretenen Trampelpfaden einzelner
Fächer.“*

(Thomas Hofmann, Präsident der Technischen Universität
München)

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort

Erster Teil: Archetypen und Epigenetik

Können intensive Erfahrungen unser Erbgut verändern?

Was ist im Sinne von C. G. Jung ein Archetyp?

Wie entsteht archetypische Prägung?

Was hat unsere Vorfahren so sehr erschüttert, dass es uns bis heute prägt?

Existieren noch weitere kollektive Prägungen archetypischen Charakters?

Welche Auswirkung haben die Archetypen auf unseren heutigen Alltag?

Die Archetypen und unsere Träume: Gibt es eine Verbindung?

Können wir unsere archetypische Prägung verändern?

Die Kraft der Archetypen

Zweiter Teil: Die aus der Epigenetik abgeleiteten Archetypen

Die Naturkatastrophe

Die Bestie

Das Wir

Das rauschhafte Fest

Die Mutter

Der Held

Der Weise

Das Fremde

Das göttliche Kind

Die Wandlung

Der paradiesische Ort

Das Lagerfeuer

Die Waffe

Dritter Teil: Das Wirken der Archetypen während der Corona-Pandemie

Corona und der Archetyp des bedrohlichen FREMDEN

Corona und der Archetyp des WIR

Corona und der Archetyp RAUSCHHAFTES FEST

Corona und der Archetyp GÖTTLICHES KIND

Corona und der Archetyp PARADIESISCHER ORT

Corona und die beiden Archetypen HELD und WEISER

Durch die Corona-Ausgangsbeschränkungen
aktivierte Archetypen

Corona und der Archetyp der WANDLUNG

Welche Archetypen die Corona-Pandemie nicht
triggerte

Ein besonderer WIR-Archetyp und ein kleiner Ausblick

Nachwort

Vorwort

Es ist verblüffend, ärgerlich und verunsichernd. Unser Leben wäre viel einfacher, wenn Menschen logischer handeln würden. Immer wieder stehen wir vor Rätseln und schütteln den Kopf, wenn wir mit dem irrationalen Verhalten unserer Mitmenschen konfrontiert werden. Wobei uns das unlogische Verhalten der anderen sofort ins Auge springt, während das eigene Handeln niemals schleierhaft erscheint.

Dieses Buch verdeutlicht, warum wir in unserem Alltag so häufig irrational handeln, denn für unsere logischen Aussetzer gibt es eine ganze Spannbreite von Erklärungen. Eine der wichtigsten Quellen für Irrationalität sind die in uns allen aus der Urzeit verankerten Seelenbilder: die Archetypen. In diesem Buch wird die klassische Sichtweise auf die Archetypen abgewandelt, indem eine Brücke zu den neusten Erkenntnissen aus der Epigenetik geschlagen wird. Es gliedert sich in drei Teile. Zunächst wird aufgezeigt, wie einschneidende Erlebnisse unserer Vorfahren in der Urzeit unser Erbgut epigenetisch so veränderten, dass die Archetypen entstehen konnten. Daraufgehend werden die einzelnen Archetypen, ihre Entstehung und ihre Wirkung erläutert. Der dritte Teil zeigt auf, wie so manches Phänomen, das während der Corona-Pandemie auftrat, durch Archetypen erklärt werden kann.

Oft haben wissenschaftliche oder auch populärwissenschaftliche Bücher mehrere hundert Seiten. Für mich war es jedoch ein erklärtes Ziel, ohne große Umschweife die Erkenntnisse und neuen Perspektiven zu vermitteln. Zeit ist ein wertvolles Gut und mir ist es wichtig, mit dieser Ressource des Lesers gewissenhaft umzugehen.

Das trifft auch auf die von dem Künstler Klaus Schmitt erschaffenen Bilder in diesem Buch zu. Sie sind schlicht und

gleichzeitig ausdrucksstark. Für seine Bereitschaft und Fähigkeit, das Buch auf diese Weise zu bereichern, bin ich ihm sehr dankbar.

Ich wünsche eine spannende, irritierende und bereichernde Lesezeit.

Ihr Rudolf Pölking

Erster Teil

Archetypen und Epigenetik

Im Folgenden geht es um die Weiterentwicklung der Ansätze von Carl Gustav Jung, indem seine Lehre der Archetypen mit den neuen Erkenntnissen der Epigenetik und anthropologischen Psychologie kombiniert wird. Dadurch wird die Theorie von C. G. Jung zwar in wichtigen Elementen bestätigt, gleichzeitig wird aber deutlich, dass für seine Archetypenlehre Überarbeitungsbedarf besteht.

Vereinfacht gesagt, wird der Mensch durch verschiedene Arten von Antriebskräften in seinem Wünschen und Streben beeinflusst.

Da sind zunächst die Grundbedürfnisse zum Erhalt der Lebensfunktionen, zum Beispiel Luft, Nahrung, Wasser, hinreichende Wärme und Fortpflanzung. Diese körperlichen Urtriebe sind überall in der Natur, auch bei Tieren und in abgewandelter Form sogar bei einzelligen Lebewesen, zu beobachten.

Weitere Antriebskräfte sind jene, welche im Zusammenhang mit einer voranschreitenden kulturellen Entwicklung der Menschheit entstanden sind. Hierbei handelt es sich um ein ganzes Spektrum innerpsychischer Kräfte, die unser Fühlen, Denken und Handeln beeinflussen. Zu nennen sind hier beispielsweise das als „Über-Ich“ benannte Gewissen, die Kompensation von Minderwertigkeitsgefühlen im Sinne Alfred Adlers, persönliche Lebensziele und auch Handlungen, die durch komplexe kognitive Selbstreflexionsprozesse entstehen. Zu der Gruppe der im Rahmen einer kulturellen Entwicklung entstandenen Antriebskräfte gehören auch die Archetypen.

Können intensive Erfahrungen unser Erbgut verändern?

Archetypen wurden über Hunderttausende von Jahren durch die Erfahrungen unser Vorfahren in unsere Psyche eingeprägt. Epigenetische Studien zeigen, dass das Erbgut auf Erlebnisse, die Menschen bis ins Mark erschüttern, reagiert und sich dadurch verändern kann. Im Besonderen werden vorhandene Gene anders aktiviert und deaktiviert. Angesichts der Erkenntnisse der Epigenetik stellen sich erneut spannende Fragen, die schon vor Jahrzehnten als beantwortet erschienen: Was formt die Archetypen? Wodurch entstanden sie? Wie wirken sie sich aus?

Vorab gilt es zu erläutern, worum es sich bei der Epigenetik handelt: „Epigenetik umschreibt die Metaebene genetischer Regulation. Einen lange von der Forschung übersehenen Mechanismus mit vielschichtigen Konsequenzen. Denn per Epigenetik gelingt es dem Zellkern unter dem Einfluss äußerer Faktoren zu regulieren, wann und in welchem Ausmaß welche Gene ein- und ausgeschaltet werden.“¹

Erfahrungen, auch solche in zwischenmenschlichen Beziehungen, haben auf diese Art und Weise einen Einfluss auf das Erbgut bzw. die Aktivierung und Deaktivierung von Genen. Je stärker die Erfahrung, desto eher wirkt sie sich aus. So können gerade intensive Stresssituationen und Traumata das Erbgut über Generationen hinweg beeinflussen. Der Depressionsforscher Florian Holsboer meinte dazu: „Traumata sorgen nicht nur für Narben in der Seele, sondern auch für Narben im Erbgut.“²

Ein Beispiel dafür ist die große Hungersnot im Winter 1944/45 in den Niederlanden. Forschungsergebnisse zeigen, dass diese Erfahrung noch im Erbgut der Enkel der damals hungernden Großmütter Spuren hinterließ.³

Ein weiterer Beleg, wie Erbgut durch Erleben verändert werden kann, kommt aus der Zwillingsforschung. Eine spanische Untersuchung zeigte: Während bei eineiigen Zwillingen das Erbgut im Alter von 3 Jahren noch sehr ähnlich war, zeigten sich bei eineiigen Zwillingen, die über 60 Jahre alt waren, deutliche Unterschiede im Erbgut.⁴

Der Psychoneuroimmunologe Joachim Bauer drückt dies klar und deutlich aus: „[Es] ist ganz wichtig, dass wir uns klar machen, Gene steuern nicht nur, sie werden auch gesteuert, jedes Gen hat einen oder mehrere Genschalter. Das sind sogenannte regulatorische Sequenzen [...] Gene sind Kooperatoren und Kommunikatoren [...] Genaktivitäten werden beeinflusst durch Nahrung, durch Qualität der Umwelt, durch Bewegung und vor allem durch soziale Erfahrungen, inklusive Vernachlässigung, Gewalt und Traumatisierung. [...] Lebensstile und Lebenserfahrungen beeinflussen und steuern Gene. [...] Das Gehirn macht aus Psychologie Biologie [...] abhängig davon, welche Qualität die zwischenmenschlichen Beziehungen haben, in denen wir aktuell gerade sind, verändert das limbische System seine Mixtur an Neurotransmittern und dieser Vorgang hat dann zur Folge, dass Signalketten bis in die Genschalter durchgereicht werden und dort ganze Gruppen von Genen auf- oder abreguliert werden.“⁵

Die sich daran anschließende Frage: Was ist geschehen, dass Erlebnisse aus längst vergangenen Zeiten, Menschen damals so sehr berührten, dass die Auswirkungen uns heute noch in unserem Empfinden und auch Handeln prägen? Hierfür lohnt sich ein Blick in die Menschheitsgeschichte.

Komplexere technische Anwendungen und kulturelles Leben, etwa geschnitzte Figuren, gibt es erst seit weniger als 50 000 Jahren, Ackerbau gar erst seit circa 12 000 Jahren. Davor lebten unsere Vorfahren über mehr als 2,5 Millionen Jahren in einem sich sehr langsam ändernden Dasein als Jäger und Sammler. Um dies bildlich zu

verdeutlichen: Stellen sie sich vor, sie gehen vom Schloss in Versailles zum Place de la Bastille in Paris. Das sind circa 20 Kilometer, gerade mal die Strecke eines Halbmarathons. Wenn diese Strecke den 50 000 Jahren unserer Zivilisation entspricht, müssten sie noch weitere 1 000 Kilometer bis nach Berlin gehen, um die ganze Menschheitsgeschichte zu durchschreiten. Die Zeitspanne von 12 000 Jahren Ackerbau ist fast ein Katzensprung, gerade mal die Entfernung vom Triumphbogen in Paris bis zur Kathedrale von Notre-Dame de Paris.

Wenn wir also diese Steinzeit betrachten, reden wir über 98 % der bisherigen Menschheitsgeschichte, in der die Psyche des Menschen durch Vererbung archetypisch geprägt wurde. In dieser unvorstellbar langen Zeitspanne entstanden die Archetypen, welche heute noch unser Fühlen und Handeln beeinflussen, und zwar auf eine Art und Weise, die unser Dasein teilweise bereichert, teilweise aber auch erschreckender Irrationalität Tür und Tor öffnet.

Was ist im Sinne von C. G. Jung ein Archetyp?

C. G. Jung war ein sehr kreativer, vielseitiger, kulturell äußerst interessierter und innovativer Denker. Sein umfangreiches Werk füllt viele Bände. Dies geht allerdings auch mit einem Mangel an Struktur und übergeordneten Definitionen einher. Diese Probleme betreffen auch seine Archetypenlehre. Bei Archetypen handelt es sich um Auswirkungen wiederholter Erlebnisse, welche Menschen erfahren haben. „Archetypus ist nun nichts anderes, als ein schon in der Antike vorkommender Ausdruck, welcher mit ‚Idee‘ im platonischen Sinne Synonym ist [...] sozusagen ein präexistentes, übergeordnetes Urbild.“⁶, so erläutert es C. G. Jung im Jahre 1938. Ein solches ‚Urbild‘ entsteht nicht durch die Erlebnisse und das Schicksal eines einzelnen