

Analytisk psykologi i dag

Under overskriften: ”Analytisk psykologi i dag” på hjemmesiden C.G. Jung i Danmark kan du læse en serie artikler på dansk om den analytiske psykologis grundbegreber i en nutidig fortolkning. Denne syvende artikel i serien er skrevet af den jungianske analytiker Verena Kast fra Schweiz og oversat til dansk af seniorkandidat ved C.G. Jung Institutet i København, cand.mag. og oversætter Margrethe Haraldsdatter.

Originalartiklerne ligger på IAAP’s hjemmeside <https://iaap.org/> og er oversat med forfatterens tilladelse.

Symbol



Det kosmiske træ, af Hildegard von Bingen (1098 - 1179)

Se også ARAS <https://aras.org/records/5ek.079> [kræver login]

<https://www.hildegard-society.org/p/liber-divinorum-operum.html#I-4> [kræver ikke login]

Verena Kast

Symbol

”Vi lever umiddelbart kun i en verden af billeder.”¹ (C.G. Jung)

De forestillinger, som opstår af fantasier, men også af begivenheder, er normalt vævet omkring de fysiske genstande i verden, sådan som vi er i stand til at opfatte dem, og blev af Jung forstået som symboler. Efter hans opfattelse er menneskelivet almindeligvis funderet på en symbolsk måde: Alt, hvad vi oplever, repræsenterer eller former, refererer også til en ubevidst baggrund, som ligeledes udtrykkes i symboler – disse består således af både bevidst og ubevidst indhold.

Ordet symbol kommer fra det græske ord ”symballein”, som betyder at kaste sammen, at sammenføje. Et symbol, som er ”symbolon” er begrebshistorisk noget sammensat: Det synlige noget af en usynlig, ideel virkelighed. Konsekvensen er, at alt, hvad der findes i verden, alt, hvad vi oplever, betyder noget, har en dybere mening, henviser til noget dybere.

Genstande fra sanseverdenen kan blive til symboler, f.eks. en ring. Men de er kun overfladiske genstande. De indeholder antydninger af det, der er skjult, af det, der er under overfladen. Baggrunden kan være meget mystisk: Et udtryk for det helt anderledes, endda det ubegribelige i livet, som fylder os med nysgerrighed og længsel. Så en ring er en genstand, men den kan for eksempel også symbolisere en dyb, gådefuld forbindelse til en bestemt person.

Afhængigt af symbolets kontekst ændrer dets betydning sig også, nye former for betydning dukker op. Symboler har som minimum en dobbelt betydning: De gemmer og afslører, skjuler og viser, indeholder mindelser og forventning. Symboler er også erindring: I dem gentages det, vi har oplevet, og af og til også det, menneskeheden har oplevet, og det, der afspejles i kulturelle frembringelser. Men de gentager sig ikke kun, de forandrer sig også. Vores personlige problemer er som regel også typisk menneskelige problemer, men individuelt udtrykt. Det er problemer, som mennesker altid har kæmpet med. Poesi, scenekunst, musik viser variationer af symboler, som fortætter måden, hvorpå eksistentielle problemer på en lignende måde altid er blevet afbildet og dermed også har eksisteret. Egentlig er symboler projektioner af vores fantasi muligheder.

Symbol og den transcendent funktion

C.G. Jung forbinder dannelsen af symboler med spændingen mellem modsætninger og den deraf følgende transcendent funktion.

... ”Penduleringen frem og tilbage mellem argumenter og følelser repræsenterer modsætningernes transcendent funktion. Konfrontationen mellem de to positioner skaber en spændingsladet energi og skaber en levende, tredje ting – ikke noget logisk dødfødt i overensstemmelse med princippet *tertium non datur*², men en bevægelse væk fra udspændtheden mellem modsætninger, en levende fødsel, der fører til et nyt niveau af væren, en ny situation.³

¹ C.G. Jung, CW 8, §624.

² Latin: ”der gives intet tredje”, ingen mellemting mellem to modsigende begreber; fra logikken, jf. *Meyers Fremmedordbog* [o.a.].

³ Jung, CW 8, ”Den transcendent funktion”, §189.

I 1916 beskrev Jung i sit essay, ”Den transcendent funktion,” psykens følelsesbetonede indhold, komplekserne, som udgangspunktet for fantasier, for symboldannelse. ”I selve intensiteten af den følelsesmæssige forstyrrelse ligger ... den energi, som han [patienten, o.a.] bør have til rådighed for at afhjælpe tilstanden af forringet tilpasning.”⁴

Disse energier viser sig i billeder, i symboler, når vi koncentrerer os om følelserne. Allerede i 1916 så Jung psyken som et selvregulerende system, et system, hvis mål i hvert enkelt tilfælde var dynamisk ligevægt. Ifølge Jung har psyken en tendens til at balancere ensidighed; hvis en person går for meget i én retning, kompenserer den for dette; mennesker, der ser sig selv i for positivt lys, for meget uden skyld, konfronteres pludselig med deres egen skyggeagtige adfærd.

Psykens selvregulering udgår fra følelserne og viser sig i fantasier, symboldannelse.

Forbindelse mellem kompleks, drøm og symbol

I 1929, i ”Den moderne psykoterapis problemer” skrev C.G. Jung:

”Komplekset danner så at sige en selvstændig psyke i miniformat, som ... udvikler sit eget særegne fantasiliv. Dét, vi kalder fantasi, er simpelthen spontan psykisk aktivitet, og den vælder op, hvor det bevidste sinds hæmmende virkning aftager eller ophører helt, når vi sover. I søvne kommer fantasien til udtryk i drømme. Men også i det vågne liv fortsætter vi med at drømme under bevidsthedstærsklen, især når vi er under indflydelse af fortrængte eller andre ubevidste komplekser.”⁵

Med ”andre ubevidste komplekser” mente Jung indhold, der kommer fra det ubevidste, som endnu ikke var bevidst i begyndelsen, og derfor ikke fortrængt. Disse udsagn fra C.G. Jung stemmer i høj grad overens med det, der i dag forskes i inden for selvgenererede tanker, ”det vandrende sind”.⁶

De spirer til nye livsmuligheder, som også kan ses i komplekserne, disse kreative spirer kommer til syne, når komplekserne ikke fortrænges, når man koncentrerer sig om stemningen, følelsen eller affekten og derved opfanger de fantasier, der opstår, og former dem, det vil i sidste ende sige i symbolerne. Symboler er både et udtryk for komplekserne og et sted, hvor komplekserne bearbejdes. Komplekserne bliver synlige i symbolerne, men i symbolerne fantasierer komplekserne også, så at sige.

Indikationen af, at der i den affektive forstyrrelse forefindes den energi, som den lidende har brug for til sin følelsesmæssige selvregulering, også til kommende udviklingstrin, danner teoretisk grundlag for de forskellige teknikker, såsom (aktiv) imagination, maleri, udføre lege, sandplay og andre teknikker, der bruges i jungiansk terapi til at placere komplekser i et større betydningsrum og dermed muliggøre en kreativ forvandling.

Symboler er overdeterminerede

Jung: ”Et begreb eller et billede er symbolsk, når det betyder mere, end det beskriver eller udtrykker. Det har et omfattende ’ubevidst’ aspekt, som aldrig kan defineres præcist eller forklares udtømm-

⁴ Jung, CW 8, §166.

⁵ Jung, CW 16, §125.

⁶ Fox, CK.R. et al (2018) ”Affective neuroscience of self-generated Thought”, s. 41.

mende.”⁷ Symboler er overdeterminerede, så vi kan altid se på et symbol på ny, tage det som udgangspunkt for forestillinger og skaben og finde ny mening i vores liv.

Især i drømme synes det muligt på fantasifuld vis at forbinde symboler på en række forskellige måder, endda modstridende måder, så der opstår et helt netværk af betydning. Og vi bruger al vores forståelse på at forsøge at finde det skjulte bag det overfladiske. Symbolet og det det repræsenterer har en indre forbindelse, de kan ikke adskilles fra hinanden, det overfladiske og det underliggende er forbundet med hinanden. Det betyder, at det materielle er repræsenteret i det åndelige, og det åndelige i det materielle. Mentale processer repræsenteres af billeder og tegn. Sondringen mellem immanens og transcendens bliver overvundet i symbolet og den symbolske tænkning. Myter, sprog, videnskab, religion, kunst – alle aspekter af kulturen er givet til os i symbolsk form. Symboler bærer og forvandler følelser og viden. Symboler, især kollektive symboler, stimulerer os, vender os indad, bevæger os følelsesmæssigt, men giver også følelserne form, (be-)griber dem. Det er sikkert også grunden til, at folk elsker kunst, litteratur, historier af alle slags, og film. Folk har tilsyneladende brug for de arketyperiske billeder og historier for at få et indholdsrigt liv eller til at regulere sig selv, for eksempel for at finde en vej ud af kedsomhed, men også for at integrere det, der hidtil har været fraværende i livet, for at opfylde grundlæggende åndelige behov. Psykologiske forvandlinger kan også blive synlige gennem skiftende symboler i drømme og i fantasien.

Litteratur

Fox, Kieran C.R. et al.: ”Affective neuroscience of self-generated Thought” i *Annals of the New York Academy of Sciences*, Vol.1426 (1), pp.25-51

Jung, C.G. CW 8, *The Structure and Dynamics of the Psyche*, London: Routledge and Kegan Paul, 2. ed. 1969

– CW 16, *The Practice of Psychotherapy: Essays on the Psychology of the Transference and Other Subjects*, London: Routledge and Kegan Paul, 2. ed. 1970

– CW 18, *The Symbolic Life: Miscellaneous Writings*, London: Routledge and Kegan Paul, 1977



Dr. Verena Kast var professor i psykologi ved Zürich Universitet og undervisningsanalytiker, supervisor og underviser ved C.G. Jung Institutet i Zürich.

Fra 1995 til 1998 præsident for IAAP, fra 1989-2013 præsident for International Association of Depth Psychology, 1999-2020 medlem af bestyrelsen for Lindauer Psychotherapiewochen.

Hun holder foredrag over hele verden og er forfatter til en lang række bøger om psykologiske emner, bl.a.: *The Dynamics of Symbols*. *Fundamentals of Jungian Psychology*, *Imagination as Space of Freedom* (da. *Frihedens rum*, 1990), *Growth through Emotions*.

På dansk findes derudover: *Den største sorg i verden her: Drømme som vejvisere i sorgen* (1991) og *Vredens kraft* (2001).

⁷ Jung, CW 18/1, §417.